

༡༡། །འོད་གྱི་ནང་ཆོས་རྫོགས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བཅུད།

༡༡། །སྤྱི་མོར་ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་

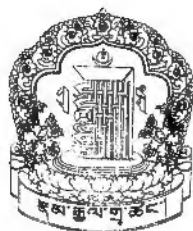
ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ལྷ་ ༦ ཆོས་ ༡ དང་ ༡ ཉིན་

དེང་དུས་ཐོད་རིགས་ན་གཞིན་ནམས་

ལ་ནང་ཆོས་རྫོགས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་

བ་བཞུགས་

སོ།



དེབ་ཐོང་བཞི་བ། ནང་ཆོས་རྫོགས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བཅུད།

ཡིག་ཐོག་ཐབ་བཟུང་། ནང་གྲ་ཐབ་བཟུང་ཡར་འཕེལ།

སྐྱབས་ཅན་མ་པར་རྒྱལ་བ་པན་བདེ་ལེགས་བཤད་སྒྲིབ་གྲུ་ཆང་

གི་མེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་པར་སྐྱུན་དང་

འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༡༡། རོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་རིམ་ལྗོངས་སྤྱི་བཅུ་དེ།

སྐྱེ་བཅར་ནམ་པར་རྒྱལ་བ་པཎ་བཏེ་ལེགས་བཤད་སྤྱི་བཅུ་གྲ་ཆང་

གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་དཔར་བསྐྱབ་དང་

འབྲེམས་སྤེལ་ཞུས་པ་དགེ་ལེགས་

སུ་གུར་ཅིག།

ནམ་གུ་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་

པར་ཐངས་དང་པོར་དེབ་གངས་ ༡༠༠༠ དང་།

ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་པར་ཐངས་གཉིས་པར་ཐོ་མན་ནང་པའི་

ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོགས་ནས་དེབ་གངས་ ༡༠༠༠ དཔར།

འབྲེལ་ལུལ་ཞུས་བྱུང་།

NAMGYAL MONASTERY

P.O. Mcleod Ganj-176219

Dharamsala Distt Kangra (H.P.) INDIA

Off:91+92184-14777/92184-15777

E-mail: namgyalmonastery@gmail.com

www.namgyalmonastery.org

Printed and donated for free distribution by

The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198 , Fax: 886-2-23913415

Email: overseas@budaedu.org

Website: <http://www.budaedu.org>

This book is strictly for free distribution, it is not for sale.

ཕྱག་དཔེ་འདི་ཆོས་སྤྱི་ནད་འབྲེལ་རྒྱལ་སྤྱི་ཚོང་བསྐྱར་མི་ཆོག་པ་དགོངས་འཇགས་ལྟ།



སྤྱི་མཆོག་མཆན་དཔེ་གངས་ཅན་ལྗོངས་སུ་བཞད། །

གསུང་སྟན་ཆངས་དབྱངས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་བྱབ། །

ཐུགས་བཅེས་དབྱ་ཡང་བྱ་སྤྱུག་བཞིན་བྱ་བསྐྱངས། །

ཐུབས་མགོན་ལྷ་མོ་དཔལ་སྟན་འཛིན་བྱ་མཆོ་བྱལ། །



ཐོག་མའི་གསལ་བཤད།

གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལེགས་གཟེགས་ནས། །

ལམ་གཏན་བདེ་གསལ་བར་སྟོན་པ་དང་། །

འབྲས་སྐྱ་གསུམ་སྟོལ་བར་མཛད་པ་ཡི། །

སྐྱབས་ཁྲ་མེད་ཕྱག་ན་པརྫོར་འདུད། །

ཅེས་གསུངས་ཕྱག་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ། རང་ཅག་གངས་ཅན་པ་རྣམས་
 གི་མེད་ཏེག་གང་ལ་པོག་པའི་ལྷ་སྐལ། བགྲང་ཡས་སྐྱེ་ཀྱའི་འདྲེན་མཆོག་འཛམ་
 མིང་ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན། ཡལོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མལོན་ཡ་རྒྱལ་དབང་ཐམས་
 ཅད་མཁྱེན་གཟེགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་རྒྱ་གར་འཕགས་ལུལ་གཙོ་གྲུ་
 གི་མཐོ་སྟོབ་ཁག་དུ་སྟོབ་གཉེར་གནང་བཞིན་པའི་རང་རིགས་ན་གཞིན་རྣམས་
 དང་། བཞུགས་སྒར་ཉེ་འདབས་ཀྱི་མཐོ་སྟོབ་དང་། ཆོས་རིག་གི་སྟེ་གནས་
 ཁག་གི་སྟོབ་གཉེར་བ་མོགས་ཕྱི་ནང་གི་དད་ལྡན་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་ཆོས་ལུ་
 བ་ལྟ་སྟོང་ལྷག་ཙམ་ལ་ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆན་རིག་དང་། རང་
 ཆོས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ། རང་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཅས་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ནས་སྡེ་
 ཆན་གསུམ་དུ་སྟེ་བའི་སྟོལ་བཟང་གསར་གཏོད་མཛད་པ་ལས། ལོ་དང་པོར་
 རང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆན་རིག་དང་། ལོ་གཉིས་པར་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་
 གྲུབ། ལོ་གསུམ་པར་རྒྱལ་སྐུས་ལག་ལེན་སོ་བདུན་མའི་སྟེང་ནས་ནང་ཆོས་
 ཀྱི་ཉམས་སྟེད་ལུགས་བཅས་ལོ་རེ་རེ་སྟེ་ཆན་རེ་རེའི་ཐོག་ཁག་གསལ་ལོ་བདེའི་
 བཀའ་བྲིད་ཞིབ་གསལ་སྐུལ་བ་མ་ཟད། འདི་ལོར་ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་



ཕབ་སྟེ་དཔལ་ལྷན་སྐྱ་སྟེར་ཡིག་ཚང་ནས་དཔར་སྐྱན་བཀའ་འཁྲིལ་དང་། སྐྱ་
 སྟེར་ཡིག་ཚང་གི་སྐྱ་ཞབས་བྲམས་བསྟན་ལགས་ནས་ཞུ་དག་ངེས་འདྲོངས་
 དང་། ལེགས་སྟེལ་ཉེས་འགོག་གི་ལམ་སྟོན་སྟུལ་ཞིང་། སྐྱ་བཅར་ནམ་རྒྱལ་
 གུ་ཚང་གི་ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་ནས་དཔར་འབྲེམས་གནང་བ་བཅས་ཀྱི་ཉེར་
 ལེན་ལས་ལགོང་ས་ལསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་གསུང་བཟང་བདུད་ཅི་
 ལྟ་བུ་འདི་ཉིད་བདག་བདེ་ལེགས་སུ་འདོད་ཅིང་། དམ་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཅི་
 འོན་དུ་གཉེར་བའི་རྒྱ་ཆེའི་ཁྲོག་པ་པོ་ནམས་ཀྱི་སྐྱན་ལམ་དུ་བསྟར་བྱབ་པས་
 མཐུན་འགུར་རོགས་མགོན་དང་། ལམ་སྟོན་མཛད་པ་པོ་ཚང་མར་གོ་སྐབས་
 འདི་བཟུང་སྟེ་མ་བཅོས་སྟིང་དབུས་ནས་ཐུགས་རྗེ་བཀའ་ངིན་སྒྲ་མེད་དུ་ཆེ་
 ཞེས་ཞུ་བཅས། གུས་ནམ་གྱའི་གཉེར་བ་ཐུབ་བསྟན་ཡར་འཕེལ་པས་ཕྱི་
 ལོ་ ༡༠༡༡ ལྷ་ ༤ ཆོས་ ༡༤ དགེ་བར།



ཐོད་ཀྱི་ནང་ཚེས་རོ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་འཕྱད་ཀྱི་

དཀར་ཆག

ཉིན་དང་མོའི་བཀའ་ཚེས།

- ༡༥ ཡིག་ཐོག་ཡབ་བུ་བའི་ཐོག་མའི་གསལ་བཤད། ༡༨༥
- ༡༦ རིགས་ལམ་སྒྲོབ་གཉེར་བྱས་པའི་ཁེ་ཕན། ༡༨༦
- ༡༧ ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཅ་བ་གཏི་མུག་ཡིན་ཚུལ། ༡༩༠
- ༡༨ མོ་གཟུ་པོར་གནས་པའི་རྣམ་དཔྱད་དགོས་པ། ༡༩༦
- ༡༩ ནང་ཚེས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིན་ཐང་། ༡༩༠
- ༢༠ མོ་བཟིད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོགས་གསར་གཏོད། ༡༩༧
- ༢༡ ནང་ཚེས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་ལྷ་བྱུང་གི་སྒྲོབ་དེབ། ༡༩༨

ཉིན་དང་མོའི་བཀའ་འབྲི་དང་བཀའ་ལན།

- ༡༥ ཉོན་འབྲེལ་དེ་ཆོན་རིག་དང་ལྷ་བྱུང་གང་དུ་གཏོགས་མིན། ༡༩༧
- ༡༦ ལྷང་སྒྲོང་གཉིས་ཀྱིས་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་སེལ་ཚུལ། ༡༩༩
- ༡༧ དགེ་སྒྲོང་མའི་སྡོམ་རྒྱན་གྱི་སྒྲོར། ༢༠༤
- ༡༨ འཁོར་བར་ཐོག་མཐའ་ཡོད་མེད། ༢༠༤



- 43 བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱང་སྒྲིབ་བྱེད་ཐབས། 1203
- 44 ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པ་དང་། སྤྱབས་འགྲོའི་རྣམ་གཞག་..... 1213
- 45 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉིར་ལེན་ལ་རྣམ་ཤེས་དགོས་མིན། 1223

གིན་གཉིས་པའི་བཀའ་ཆོས།

- 1 ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་གནས་ལུགས། 1233
- 2 ལུས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་དང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཕན་ཡོན། 1243
- 3 རང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུའི་རྣམ་གཞག་..... 1253
- 4 ཀྱན་སྦྱང་དང་ཕྱི་ནང་བྱམ་མོང་གི་ཉམས་ལེན། 1263
- 5 རེས་ལེགས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་། 1273
- 6 ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་..... 1283
- 7 སེམས་རྒྱུད་འདུལ་ཐབས། 1293
- 8 དུས་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་། གཉིན་པོ་བསྟེན་ཚུལ། 1303
- 9 ཆགས་སྤང་སྒྲེ་ཡུལ་དང་། རྫོང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོར། 1313
- 10 སྤྱད་བསྐལ་གྱི་ཅ་བའོས་འཛིན་ཏེ་མི་ཤེས་པ་སེལ་ཐབས། 1323
- 11 ཡིད་རྫོའི་བདེ་སྤྱོད་དང་། ཕན་སེམས་སྤྱད་ཐབས། 1333
- 12 སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྤྱད་བསྐལ་གྱི་རྣམ་གཞག་..... 1343

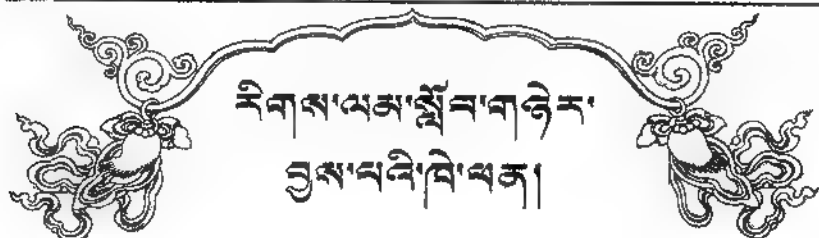


ཉིན་གཉིས་པའི་བཀའ་འདྲི་དང་བཀའ་ཡན།

- ༡༥ བུམ་པ་སྤྱི་ཆེ་སྤྱི་ཐབས། ༡༡༩༥
- ༡༦ བོད་ཀྱི་སྤྱལ་སྤྱིའི་ལམ་ལུགས་སྒྲིང་། ༡༡༩༥
- ༡༧ ཚན་རིག་པས་ནང་པའི་རྩ་བུ་པ་རྩ་སྤངས། ༡༡༩༥
- ༡༨ གསར་བཞེད་གོ་དོན་དང་དཔེ་མཆོན། ༡༢༠༥
- ༡༩ བདག་ལ་ཐོག་མཐའ་ཡོད་མེད་དང་ཆེ་སྒྲིག་གཅིག་མེན་སྒྲིང་། ༡༢༠༥

མཚུག་བསྐྱེད་ལམ་སྤྱོད་བཀའ་སྒྲིབ།

- ༡༥ མེམས་བདུལ་ནས་ཞི་བདེ་སྤྱན་ཐབས། ༡༢༡༥
- ༡༦ བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གཟི་བཞིན་སྤྱན་ཐབས། ༡༢༡༥
- ༡༧ བོད་མིའི་རང་དབང་འཐབ་ཚོད་ཀྱི་སྤྱི་ལྟེན་འཕེལ་རིམ། ༡༢༡༥
- ༡༨ བོད་མིའི་མི་འཛོམས་དང་སྤྱི་ལྟེན་གསར་གཏོད། ༡༢༡༥
- ༡༩ ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་སྒྲིང་། ༡༢༡༥
- ༢༠ མཚུག་བྱང་། ༡༢༡༥



རིགས་ལམ་སློབ་གཉིས་
བྱས་པའི་ཁེ་ལན།

རྟགས་གསལ་གཏོང་མཁན་ནང་གི་བཙུན་མ་རྣམས་བཙུན་མའི་
དགོན་སྡེ་ཁག་གི་ཁྲུངས་སུ་མེད་པ་རྣམས་རེད་དམ། གཅིག་ཉི་ཏྲང་
པ་མ་རེད་དམ། བྱི་རྒྱལ་བ་མི་གཞན་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་གང་
ནས་ཡིན་དང་། རྒྱལ་རྒྱུན་སློབ་སྦྱོང་གང་དུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་སོ་སོར་
བཀའ་འདྲི་གནང་།

དེ་རིང་འདིར་བགྲོ་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་བཀྲ་གིས་བདེ་
ལེགས་དང་། དམིགས་བསལ་གྱི་འཆམས་འདྲི་ཡོད། ཏ་ཅང་ཡག་
པོ་བྱུང་འདུག ང་ཆོ་རྒྱ་གར་དུ་སླེབས་ནས་རིམ་བཞིན་དགོན་སྡེ་ཁག་
དང་བཅས་པར་གཞུང་ཆེན་ལྷ་རྒྱལ་གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད། ལྷག་པར་
བཙུན་དགོན་ཁག་དང་། དེ་མིན་སྤར་སྤགས་ཆོག་ལས་རིགས་ལམ་
གཞུང་ཆེན་སྦྱང་སློབ་མེད་པའི་དགོན་སྡེ་མང་པོ་ཡོད། དེ་ནི་ང་རང་
ཆོའི་ད་སྤར་ལན་གྱི་གོམས་གཤིས་ཡིན། བཙུན་དགོན་རྣམས་ལ་རྟགས་
གསལ་གཏོང་བའི་ལུགས་སློབ་མེད་པ་དང་། སྤགས་པ་གྲ་ཆང་དེ་དག་



ཀྱང་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཡུག་མང་པོའི་རིང་འདོན་ཆོག་ལས་གཞུང་ཆེན་ལྟ་སྟོན་
 མེད། དེ་ལྟར་སྟོན་གྱི་ལུགས་སྟོན་རང་འཇགས་ལ་བཞག་དགོས་མིན་
 ནི་དེའི་ཕན་གོད་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་བརྟུན་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བསམ་སྟོན་
 བཏང་ན། དེ་ནི་རྗེས་ལུས་ཡིན་པ་ལས་ཡོན་ཏན་དང་ལེགས་ཆ་ཡོད་
 པ་ཞིག་མིན། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་རྒྱ་གར་དུ་སླེབས་རྗེས་ཕན་བདེ་ལེགས་
 བཤད་སློང་ནམ་རྒྱལ་གྱི་ཆང་དང་། རྒྱུད་གྲ་སྟོན་སྟོན་གཉིས་བཅས་
 དེ་ལྟར་རྒྱུད་པོའི་བསྟེན་རིམ་པ་ནམས་ཀྱིས་མཆན་ཉིད་ལྟ་སྟོན་མེད། དེ་
 དག་ལ་ད་ནས་མཆན་ཉིད་ལྟ་དགོས་ཞེས་མཆན་ཉིད་བརྟགས་པ་རེད།
 དེ་ཙམ་མིན་པར་བརྟན་དགོན་ཁག་ལའང་དགེ་སྟོང་མ་བསྐྱབ་རྒྱུ་དེ་ནི་
 འདུལ་བའི་གཞུང་དང་བསྐྱུན་ནས་འགྲོ་དགོས་པས་ང་ཚོ་བོད་པ་གཅིག་
 ཡུའི་འགྲོ་སྐྱེད་སྐྱོང་སྐྱོལ་ནས་ཐག་གཅོད་ཐུབ་པ་ཞིག་མིན། འདུལ་བ་
 འཛིན་པའི་ནང་པའི་ལུང་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་བསྐྱུན་དགོས་
 པས་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་ཡིན། འོན་ཀྱང་ང་ཚོས་ཐག་གཅོད་ཐུབ་པ་
 གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། གཞུང་ཆེན་ལྟ་རྒྱུ་འདི་ང་ཚོས་ཐག་བཅད་ཐུབ་
 པ་ཞིག་ཡིན་པས་བརྟན་དགོན་ནམས་ལ་གཞུང་ཆེན་སྟོན་གཉིས་ཕྱེད་
 སྟོན་བརྟགས་པ་དང་གྲུབ་འབྲས་ཏེ་ཅང་ཡག་པོ་སྟོན་ཡོད།

དེ་རྗེས་བར་སྐབས་ནས་ང་ཚོའི་སྐྱ་ཁེར་པོ་མོ་དཔེ་བ་མེད་པར་



རང་ཉིད་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། རྟོག་ཡོད་པ་ཞིག་
 ཡིན་ན། དེས་པར་དུ་ནང་ཆོས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་པ་ལས་སློན་ལམ་
 བརྒྱུ་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ལྟོང་བ་དང་། ལར་ནས་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་འགྲོ་
 ལྟངས་ནི་སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་བརྒྱུ་ནས་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞིག་
 གསུངས་པ་ལས། སློན་ལམ་བརྒྱུ་ནས་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞིག་
 གསུངས་མེད། རང་ཆོས་ནམ་རྒྱུན་ཕྱག་མཆོད་འབུལ་བྱེད་པ་དང་། རྟོན་
 གྲུ་གསུང་བྲགས་རྟོན་མཇུག་པ། རང་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་དེས་པར་མཆོད་
 གཤོམས་བསྐྱེད་པའི་མདུན་དུ་སློན་ལམ་བརྒྱུ་པ་དེས་དོན་དག་གྲུབ་
 ཡོད་པས་མ་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ན་དེ་ལྟར་མིན།

ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ནི་སེམས་ལ་སྦྱར་བཅོས་
 བཏང་བའི་ཐོག་ནས་འབྲུལ་དུ་སེམས་པ་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་ཞིག་དང་།
 དུགས་སུ་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྦྱོང་བ་བྱེད་དགོས་
 པའི་འགྲོ་ལྟངས་ཤིག་ཡོད་པ་ལས། དད་པ་གཅིག་ལུས་དེ་ལྟར་ཡོང་
 ཐབས་མེད། དད་པ་དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་གྱིས་པའི་དད་པ་ཞིག་དགོས་
 ཤིང་། རྒྱ་མཚན་མ་མཐོང་བའི་རང་བཞིན་གྱི་དད་པ་ནི་ཕལ་ཆེར་རྫོངས་
 དད་ཅེད་ཅེས་བརྗོད་ཆོག་པ་ཡིན། གང་ལ་དད་ཡུལ་དེར་དད་པ་བྱེད་
 པའི་རྒྱ་མཚན་དོ་བདག་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་མཐོང་བར་གོམས་གཤིས་ཅམ་



ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་བྱེད་ན་དེ་ནི་ཆོངས་དད་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེས་
ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་དད་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་མཐོང་པའི་དད་པ་ཞིག་
དགོས་ཤིང་། ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་ངེས་པར་
ནང་ཆོས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་དགོས་ཞེས་པོད་མི་རྒྱལ་ས་དང་། ཉི་མ་ལ་ཡའི་
མི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་རིགས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཉམས་ལེན་བྱེད་
མཁན་ང་ཚོ་དང་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་རྒྱལ་ས་ལ་འབོད་སྐུལ་དེ་ལྟར་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད། དེ་ཙམ་མིན་པར་རྒྱ་རིགས་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་ཡོད་མཁན་
དང་། དེ་བཞིན་སོག་པོ་དང་། ཀོ་རི་ཡ། ཉི་ཏོང་། གཞན་ཡང་སྤེ་
ཏི་རྒྱལ་སོགས་པ་མེས་དུས་ནས་ནང་ཆོས་བྱེད་མཁན་རྒྱལ་ས་ལ་ནང་ཆོས་
སློབ་སྦྱང་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་ཞེས་ཉག་ཏུ་འབོད་སྐུལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།
དེ་རིང་འདིར་ཉི་ཏོང་གི་མི་གཅིག་ཡོད་པ་དང་། ཡང་སི་པན་ནས་ཡིན་
པ་རྒྱལ་ས་ནི་དམིགས་བསལ་རེད། བྱེད་རང་ཚོ་ཡི་ཤུ་ཁེ་ཐོ་ལིག་གཙོ་
པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱགས་གཞན་ནས་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་གིས་
ནང་ཆོས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་པ་དང་། ལྷག་པར་རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་
པ་ནི་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད། འདི་ནི་འགྲོ་སྐྱེད་སངས་གཅིག་ཡིན།

དེ་ནས་རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱང་གི་ཐལ་དང་། ཕྱིར། བྱེད་རང་
མ་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ནི་ཅ་བ་རྒྱ་གར་ལུ་སྤྲེགས་པའི་གཞུང་ནང་ཡོད་



པ་མིན་ནམ། ཚད་མ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཆགས་ཡོད། ར་ཆོས་རིག་
 གནས་ཆེ་བ་ལྟ་ཞེས་གྲངས་འདྲེན་བྱེད་སྐབས་ནང་དོན་རིག་པ་ཞེས་
 ལོགས་སུ་བྱེད་བ་དང་། གཞན་ཡང་བཟོ་རིག་པ་དང་། གསེ་བ་རིག་
 པ་༥ གླ་རིག་པ་དང་། ཚད་མ་རིག་པ་བཅས་ཡིན། ཚད་མ་ནི་སྤྱི་ལོ་
 ཆ་ནས་བཤད་ན་ཕྱི་ནང་བྱུན་མོང་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཚད་མ་འི་གཞུང་
 གྱི་བྲག་པ་ཚད་མ་ནམ་འབྲེལ་དང་། ཚད་མ་མདོ་ལ་སོགས་པ་ནམས་
 ནི་ནང་པའི་གཞུང་ཆགས་ཡོད། སྤྱི་རབས་ཚད་མ་འི་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱི་
 སྤྱི་ནང་བྱུན་མོང་བ་ཆགས་ཡོད། དེ་སྤྱི་རབས་ཚད་མ་འི་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱི་
 རང་ཆོས་ནང་དོན་རིག་པ་དང་འབྲེལ་ནས་དྲགས་གསལ་གྱི་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱི་
 འདི་སྤྱི་རབས་ཕྱིན་པ་ལས། རིག་གནས་གཞན་དང་འབྲེལ་ནས་དྲགས་
 གསལ་གྱི་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱི་གཤམ་པ་ལྟ་བུ་སྤྱི་རབས་མེད། དེས་རང་ཆོས་རིག་
 གནས་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་གསལ་གཏོད་ཅིག་བྱེད་ཐུབ་ན་འཇམ་
 མེད་འདིའི་ཐོག་རིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱི་གཤམ་པ་ལྟ་བུ་སྤྱི་
 སྤྱི་རབས་ཕྱིན་པ་ལས་འགྲོ་སྐྱེད་སྤྱི་གཤམ་པ་ལྟ་བུ་སྤྱི་རབས་མེད་པ་
 ལྟ་བུ་རིག་གི་ཆོག་པ་འདྲེན་ཐོག་བཟོད་ཐུ་བྱུང་། རིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་
 སྐྱེད་སྤྱི་ནང་པ་མིན་པ་དང་། ཐ་ན་ཆོས་དད་མེད་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་
 ཡིན་ཡང་རིགས་ལམ་སྤྱི་རབས་ཕྱིན་པ་ལྟ་བུ་སྤྱི་རབས་ཕྱིན་པ་ལྟ་བུ་སྤྱི་
 ཡིན་ཡང་རིགས་ལམ་སྤྱི་རབས་ཕྱིན་པ་ལྟ་བུ་སྤྱི་རབས་ཕྱིན་པ་ལྟ་བུ་སྤྱི་



ན་རིགས་ལམ་སློབ་སློང་བྱེད་དགོས་ཞེས་བར་སྐབས་ནས་འབོད་སྐུལ་
བྱས་པ་ཡིན། འབོད་སྐུལ་བྱས་པ་ལྟར་བཞུགས་སྐར་དེ་སར་ཡོད་པའི་
སྐུ་པོ་ཕྱ་མོའི་ནང་ནགས་གསལ་གཏོང་བྱ་འགོ་ཚུགས་པ་དང་། ཡར་
རྒྱས་ཀྱང་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་མཐོང་བས་དེ་ཅང་ཡག་པོ་རེད།
བཞུགས་བརྗོད་ཡོད། ང་ཆོའི་དམིགས་ཡུལ་ལ་རིམ་བཞིན་ཆད་མའི་
རིགས་ལམ་གྱིས་དབྱེད་པ་བྱེད་པའི་འགྲོ་སྤངས་འདི་སློབ་ཆན་ཆང་མའི་
ནང་དུ་བྱབ་བྱབ་པ་དང་། དེ་ཡང་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་ན། ང་ཆོའི་དམིགས་
ཡུལ་ལ་འཇམ་སྐྱིང་འདིའི་ཐོག་ལས་ཆེར་མིག་དཔེ་གསར་པ་ཞིག་སྟོན་
བྱུང་པའི་རེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་སྐྱབ་བྱབ་དང་མི་བྱབ་གནས་ཚུལ་
ཐ་དད་ཡིན་ཡང་། ང་ཆོའི་ངོས་ནས་འབད་བཅོན་བྱ་བྱ་བསམ་སློའི་
ནང་བང་རིམ་ཞིག་བསྒྲིག་པ་ཡིན།

རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱང་གྱི་དཔེ་དུས་སུ་གྱིད་སྤངས་ཐང་ཐལ་
 དང་ཕྱིར་ཞེས་བཞིན་དུས་ངེས་པར་རྒྱང་ལག་བརྒྱབ་དགོས་མིན་ལ་བསམ་
 གྲོ་གཏོང་རྒྱ་ཡོད། དཔེར་ན། སློབ་སྦྱང་ཆམས་འཛིན་གྱི་ནང་དུ་
 ཉགས་གསལ་གཏོང་དུས་ཡར་ལངས་ནས་གཏོང་དུ་བརྒྱག་ན། ཐལ་
 ཆེར་སློབ་སྦྱང་སྐབས་ཀྱི་རིགས་ལ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་མྱོང་པ་ཡིན། ང་
 རང་ལ་ཆ་བཞག་ན་རྒྱང་དུས་ཡར་ལངས་ནས་ཉགས་གསལ་གཏོང་



སྐབས་གདོང་ཆ་ཅུར་ཅུར་བྱེད་གྱི་ཡོད། མར་བསྐྱད་ནས་ཡིན་པར་
ཐལ། ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སེགོལ་གདོག་ནས་བཟོད་དུས་རིགས་པ་
ཡོད་པ་དང་བཅས་ལས་སྒྲ་པོ་ཡོད།

དེས་ན་འཛིན་གྱའི་ནང་དུ་རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱང་བྱེད་སྐབས་
ཡར་ལངས་ནས་རྟགས་གསལ་གདོང་དགོས་དོན་མེད། གལ་གཤམ་
གལ་དང་གཡོན་གལ་དུ་བསྐྱད་དེ་ལན་འདེབས་པ་པོ་མི་གཅིག་གཉིས་
གྱིས་ལན་བརྒྱབ་ན་འགྲིགས། ཡང་འཛིན་གྱའི་ནང་ཟོད་མུས་རྟགས་
གསལ་གདོང་སྐབས་རྒྱབ་རྟེན་གསལ་བསྐྱད་ནས་སེགོལ་གདོག་སྟེ་རྟགས་
གསལ་བཏང་ན། སློབ་ཕྱག་སློབས་དེ་ཅམ་མེད་མཁན་དང་། ཐོག་
མར་ཤེས་ལ་མ་ཤེས་གྱི་སློབ་ཕྱག་རྣམས་ལས་སྒྲ་བ་ཡོང་གི་རེད་སྟེ།

དེ་ནས་རིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྐངས་ཆགས་པ་དང་། ཚེད་ཤུགས་
ཀྱང་གང་འཆོམས་སྟེ་བས་སྐབས་ཀྱི་ག་ཀྱི་ག་ལྟ་བུས་ཡར་ལངས་ནས་
རྟགས་གསལ་བཏང་ན་ཡང་འགྲིགས། དེ་ནི་ལེགས་པའི་རང་བཞིན་
ཡིན། དེ་མིན་རྟགས་གསལ་གདོང་དུས་ངེས་པར་ཡར་ལངས་ནས་ཆོག་
དོན་བཟོད་པ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱང་ལག་རྟེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཞིག་ཅེས་
བཟོད་པ་དང་ལག་པ་རེ་རྟེན་པ་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་དོན་མེད། དེའི་
རྒྱ་མཚན་རྣམས་བྱེད་རང་ཆོས་ཤེས་སོང་ངམ།



ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ནང་ཆོས་སློབ་སྦྱང་བྱ་རྒྱུ་དང་། ལྷག་པར་
གཞུང་ཆེན་སློབ་སྦྱང་བྱ་རྒྱུ་འདི་ནང་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མཁན་ཞིག་
ཡིན་ན་ངེས་པར་ནང་ཆོས་སློབ་སྦྱང་བྱས་ནས་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་པ་
དང་། ནང་ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་ཐོབ་པའི་དད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན།
རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱང་བྱ་རྒྱུ་འདི་ཆོས་པ་ཡིན་མིན་ལ་མ་ཁྲོམ་པར་ཤེས་
ཡོན་དང་རིག་གནས་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རིགས་པས་
དཔུང་པ་བྱེད་སྒྲུངས་ཤེས་ན་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པས་འདི་གནད་འགག་
དུ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡིན།

ལོ་ཤས་ཁོང་གདན་ས་འཕམ་བཤད་གྲ་ཁག་ནང་གཞུང་ཆེན་
མཆན་ཉིད་སློབ་སྦྱང་བྱེད་མཁན་གྱི་ཁོངས་ནས་དྲག་བསྐྱུགས་བརྒྱབ་
སྟེ་ཆོན་རིག་སློབ་སྦྱང་སྦྱོང་རྒྱུ་ཞིག་བཟོས་ཡོད། སྐབས་དེའི་དགེ་
ཤན་མང་ཆེ་བ་ཨ་རི་ནས་ཡོང་བའི་དང་སྒྲུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཆོན་རིག་
སློབ་སྦྱང་སྦྱོང་མཁན་གྱི་དགེ་ཤན་རྣམས་ནས་དུ་ཅང་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་
འདུག གང་ཡིན་ཞེ་ན། གྲ་ས་ནས་ཡོང་བའི་སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་
ཕྱོགས་གཅིག་ནས་དབྱིན་སྐད་ཤེས་ཀྱི་མེད་པ་དང་། གཉིས་ནས་ཨང་
ཅིས་སོགས་ཅིས་ཀྱི་འགྲོ་སྒྲུངས་ཤེས་ཀྱི་མེད། འོན་ཀྱང་ཁོང་ཆོའི་དཔུང་
པ་བྱེད་སྒྲུངས་དུ་ཅང་མུར་པོ་དང་ཡག་པོ་ཤེས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་དགའ་



པོ་བྱེད་གྱི་འདུག དེ་ལྟར་ཡོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཆོས་རྩེ་ནང་ཚོད་
 པ་ཚོད་དེ་དབྱེད་པ་བྱེད་པའི་རིག་པའི་འགྲོ་སྤངས་ཤེས་གྱི་ཡོད་པ་དེས་
 ཕན་ཐོགས་བྱུང་བ་ཡིན་འདུག དེས་ན་རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་
 ང་ཆོའི་དམིགས་ཡུལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ནི་དུམ་བུ་གཅིག་ཡིན།



ཉེན་མོངས་ཀྱི་ཆ་བ་གཏི་ ཐུག་ཡིན་ཚུལ།

མོ་གསལ་གོང་སློབ་ཕྱག་རྒྱལ་ལ་གཙོ་བོར་དམིགས་ནས་ནང་
 ཆོས་རིམ་གྱི་དཔུང་པོ་ འགྲེལ་བཤད་ཐུག་ཚུལ་སློབ་ཞིག་གཏོང་བ་འདི་
 ཏ་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་མོང་ལ། གལ་འགངས་ཀྱང་ཆེན་པོ་རེད་འདུག
 གང་ལགས་ཤེ་ན། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ང་ཆོ་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་
 ཆད། སྤྱིར་བཏང་ལས་དང་པོ་བ་རྒྱལ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཉེན་མོངས་དུག་
 གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན། འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མི་འཕོར་དུང་ཕྱུར་དུག་
 ཏུ་ཆུག་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་མིག་སྒྲོས་དང་། སོ་སོས་སོ་སོར་སྤྱུག་
 བསྐྱེད་བཟོ་བ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་རྩོམ་དཔེ་ནང་འཇུག་མཁན་
 མི་ཇི་ཅམ་མི་འདུག་གམ། རང་ཉིད་མ་སྦྱིད་པའི་དབང་གིས་སེམས་
 འབྲུགས། སེམས་འབྲུགས་པས་ཞེ་སྤང་ལངས། ཞེ་སྤང་གི་དབང་
 གིས་ཕན་ཚུན་གསོད་རེས་བྱེད་མཁན་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཇི་ཅམ་
 མི་འདུག་གམ། འགོ་འབྲིད་མི་སྣ་ཆགས་སྤང་གི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་
 པའི་དབང་གིས་མི་མང་པོ་ཕུང་ལ་སྦྱོར་མཁན་ཇི་ཅམ་མི་འདུག་གམ།



འཇམ་གྱིང་འདིར་མི་དྲུང་ཕྱར་དུ་གུ་ཅུ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་ཆང་མ་སྤྱག་བསྐལ་
 མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་གསུག་ཡིན་ན་ཡང་། འདོད་པའི་
 དོན་ངེས་བཞིན་མ་འགྲུབ་པ་དང་། མི་འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ཚུ་ཡི་གཉེར་
 མ་སྤྱར་རྒྱུ་མེད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དུང་དེང་སྐབས་སྤར་
 མ་གྲགས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱུ་ཆ་གསར་པའི་རིགས་ཡོང་བ་དེ་དག་
 ལ་བསམ་མཐོ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་ན། འཕྲུལ་ཆས་ཞིག་ཡོད་པ་དང་དེའི་
 རྒྱུ་ཆ་གསལ་བྱུང་བ་ཞིག་མིན་པར། འཕྲུལ་ཆས་དེ་དག་ཐོབ་སྤྱོད་
 རྒྱུ་ཆ་མཁོན་གྱི་མིའི་སེམས་དུ་ལ་མ་དུ་ལ་དང་། ཆགས་སྤང་གི་གཞན་
 དབང་དུ་གྱུར་ནས་འཕྲུལ་ཆས་ཐོབ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཆ་པའི་དབང་གིས་རྒྱུ་ཆ་
 ཏ་ཅང་མང་པོ་དེ་དག་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཆ་བ་མིའི་སེམས་དུ་ལ་
 མ་དུ་ལ་ལ་ཐུག་ཡོད། དེར་བརྟེན་མི་དྲུང་ཕྱར་དུ་གུ་ཅུ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་
 པ་དེ་དག་གི་སེམས་ལ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ཡོད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་
 དུག་གསུམ་སྦྱོན་དུ་མཐོང་བའི་ངོ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཆ་མེད་པའི་དབང་གིས།
 ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་དང་དུ་ཐངས་པའི་འབྲས་བུར་རྒྱུ་ཆ་ཏ་དེ་དག་
 བྱུང་བ་མཐོང་གསལ་ཡིན།

སྤྱིར་ཆོས་ལུགས་གཞན་ཆང་མའི་ནང་ཁོང་ཁྱིམ་ཁྱིམ་མེད་པ་
 དང་། བཟོད་པ་བསྐྱོམ་དགོས་པ། ཕན་སེམས་ལྟེན་དགོས་པ། སྤྱིར་

[illegible]

འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་ཚེས་ལུགས་འདྲ་མིན་མང་པོ་ཡོད་པ་
 དེ་དག་ནས་བྱམས་པ་དང་། བརྩེ་བ། བཟོད་པ། ཚོག་ཤེས་སོགས་
 གྱུད་དགོས་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་རྫོག་དྲ་བཟོ་མཁན་
 གྱི་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ལ་མཛུབ་མོ་འཛུགས་མཁན་པལ་ཆེར་ནང་
 ཚེས་གཙོ་བོ་ཡིན། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ནང་གི་དུག་རྩ་ལྟ་བུ་ནི་
 གདི་མུག་ཡིན་ཞིང་། གདི་མུག་དེ་ཉིད་སེལ་ཐབས་གཙོ་བོར་གྱུད་གྱི་
 ཡོད། གདི་མུག་པའི་མིང་དེ་ཉིད་ཀྱང་གདི་མུག་པ་ཡིད་མུག་སྟེ་གདི་
 ཞིང་མུག་པའི་མི་ཤེས་པའི་སློ་ཞིག་ཡིན་ལྟ་བུ། དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་ཀྱིས་
 སེལ་ཐབས་གྱུད་དགོས་པ་ལས། དད་པས་སེལ་མི་ཐུབ་ལ། སྤྱིང་རྗེས་



ཀྱང་མེལ་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། དེས་ན་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ནང་ཤེས་རབ་ལ་
དེ་སྤང་དྲ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན།

དེས་ན་ང་རང་ཆོན་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་པ་པ་མེས་དུས་
ནས་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་ཆོས་བྱེད་ལུགས་རྣམས་ལ་གོ་སྐབས་དྲ་ཅང་བཟང་
པོ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད། གོ་སྐབས་བཟང་པོ་འདི་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་ངོ་
ཤེས་པ་བྱས་ཏེ་མེད་སྤྱོད་བྱ་བ་ལ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཡང་སངས་རྒྱལ་
ཀྱི་ཆོས་འདི་ཅ་ཆེན་པོ་དང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་བྱ་མཆན་དུ་བྱས་ཏེ་
འཇམ་གླིང་གི་མི་ཚང་མར་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་ཆོས་བྱེད་དགོས་ཞེས་ནམ་
ཡང་བརྗོད་ཀྱི་མེད་ལ། དེ་ལྟར་བརྗོད་ཀྱང་ཕན་ཐོགས་མེད། ཆོས་
ཞེས་པ་ནི་ཁྲལ་བསྐྱེད་པ་དང་། དབང་ཡོད་བཤད་དེ་བྱེད་དུ་འཇུག་
བྱུ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པར་ཆོས་ཞེས་པ་ནི་རང་གི་འདོད་པས་དང་དུ་
སྤངས་ནས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་
མི་དུང་ཕུར་དུག་ཅུ་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་
པ་རང་དབང་ཡིན་ལ། ཆོས་ལ་དད་པ་མི་བྱེད་པ་འང་རང་དབང་ཡིན།
ཆོས་ལ་དད་པ་བྱས་ན་ཆོས་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་དད་པ་བྱེད་དང་མི་བྱེད་
དེ་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་དབང་ཡིན་པ་ལས། སྤུས་ཀྱང་དབང་ཡོད་
ཤོད་ས་མེད། ང་ཆོ་བོད་པ་དང་ནང་པ་རྣམས་ལ་ཆ་བཞག་ན་པ་མེས་



དུས་ནས་ནང་པ་ཡིན་ཞིང་། འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་ཉོན་མོངས་དུག་
 གསུམ་གྱི་ཉེས་སྦྱོན་ནམས་ཤིག་མེན་ར་སྤྲོད་ལྟ་བུས་ངོ་སྤྲོད་དང་། རོ་
 སྤྲོད་བྱས་པ་ཅམ་མེན་པར་སྦྱོན་དེ་དག་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་
 པར། དེའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གང་ཡིན་པ། རྒྱ་རྒྱུན་དེ་ལ་གཞི་རྩ་ཡོད་དམ་
 མེད་མོགས་རྩད་གཅོད་མཐིལ་ཕྱིན་པ་བྱས་ཏེ་ཉེས་ཅན་པར་བྲིམས་ཁང་
 ནས་ཞིབ་རྩད་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱས་པ་ལྟར་ཉེས་སྦྱོན་དེ་དག་ཆགས་སྤང་
 གི་དབང་གིས་ཡོང་བ་དང་། ཆགས་སྤང་གི་རྩ་བ་གཏི་མུག་ཡིན་པ།
 གཏི་མུག་གི་རྩ་བ་སློ་ཕྱིན་ཅི་ཡོག་གི་སློ་ཡིན་པ། སློ་དེས་ཇི་ལྟར་བཟུང་
 བ་ལྟར་དོན་ལ་གྲུབ་མེད་པ་དེ་དག་གཞི་རྩར་བཞག་ནས་དབྱུད་པ་བྱེད་
 གྱི་ཡོད། དེས་ན་ང་ཚོ་མི་དྲུང་ལྟར་དུག་ཅུ་ལྷག་ཅམ་ཡོད་པ་ཆང་མ་
 ལྷག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པའི་
 ནང་ནས་ང་རང་ཚོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དང་མངལ་བའི་མི་
 ནམས་ལ་གོ་སྐབས་དམིགས་བསལ་སྤོང་ཡོད་པ་དེའི་ཆ་ནས་ཀྱང་བསམ་
 སློ་གཏང་རྒྱ་ཡོད།



མི་ནམས་ཀྱི་སྤྱིང་རྗེའི་ཡུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩
 ལོ་ཡན་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་ཆ་བཞག་ན། བོད་ཅེས་བརྗོད་དུས་ས་ཁྲག་
 ལུང་ཁྲག་གཅིག་དུ་བཅི་བ་དང་། བོད་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་མི་
 མང་པོའི་མཐོང་སྣང་ལ་འདྲ་འབག་གྱོན་ནས་འཆམ་བྱག་པ་ལྟ་བུ་འདྲ་
 མིན་མཐོང་གི་ཡོད། རྒྱ་བཟང་རབ་དགའ་ཞེས་པའི་དེ་བ་ཀྱི་ནང་དུ་
 བོད་ཀྱི་ཆོས་དེ་གཤགས་བཅོས་བྱས་ནས་མིག་གསུམ་པ་ཞིག་བཙུགས་
 རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ད་དུང་བོད་པའི་ཆོས་ལ་སྒྲ་མའི་
 ཆོས་ཞེས་པའི་མིང་བཏགས་པའི་གནས་ཚུལ་བུང་ཡོད།



ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་ང་ཚོ་མང་པོ་ཞིག་བཅན་ཕྱི་ལ་ལ་འབྱོར་
ནས་འཇམ་གླིང་རང་དབང་ལུང་པའི་ནང་གི་མི་མང་པོ་ཐུག་ཕྱིར་གོ་
སྐབས་བྱུང་བ་དང་། ཕྱི་མི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་འཇུག་པ་མང་པོ་ཞིག་བོད་
པ་བཅན་ཕྱི་ལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ཡོང་སྟེ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཕྱིར་གོ་
སྐབས་བྱུང་ཡོད། གནས་ཚུལ་དེ་འདྲའི་འོག་གཞི་ནས་འཇམ་གླིང་
སྟེང་ནམ་དཔྱད་ཕུལ་དུ་བྱུང་ཞིང་། ཐོག་མཐུག་པོར་གནས་པའི་ཐོག་ནས་
གནས་ཚུལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་པལ་ཆེར་ཆེན་རིག་པ་ཡིན་པ་ངོས་
ནས་དེ་ལྟར་མཐོང་གི་འདུག ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མི་སྡེ་ནམས་སོ་སོའི་ཆོས་
ལུགས་ལ་དད་པ་ཅེ་གཅིག་དུ་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཕྱོགས་སུ་སྦྱང་བའི་གཡའ་
ཕྱན་བྱ་ཡོད། དཔེར་ན། ང་རང་ཚོ་ནང་པ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཞད་
ན་ནང་པའི་ཆོས་ནས་གསུངས་ཡོད་ཅེས་བཟོན་སྐབས། ལམ་སང་
དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་ཁས་ལེན་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཐོག་ཕྱན་བྱ་ཕྱོགས་སུ་སྦྱང་བའི་
ནྟགས་ཡིན།



དེ་བཞིན་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་ཆོན་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལ་ད་ཅང་དགའ་ཞེན་
 ཡོད་སྟབས། རྒྱ་མཚན་མཐོང་མིན་ལ་མ་སྟོས་པར་དེའི་མེས་སུ་འགྲོ་གི་
 ཡོད། དེ་ཡང་སློ་ཕྱགས་སུ་ལྷུང་བ་ཡིན། དབུ་མ་སྟིང་པོ་ལས།

ཕྱགས་སུ་ལྷུང་བས་སེམས་གདུངས་པས། །

ཞི་བ་ནས་ཡང་རྟོགས་མི་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན་དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས།

གཟུར་གནས་སློ་ལྡན་དོན་གཉིས་པའི། །

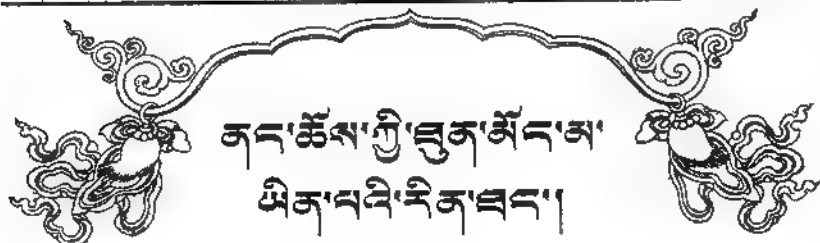
ཉན་པོ་སྟོད་ཅེས་བྱ་བར་བཤད། །

ཅེས་ང་རང་ཆོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་དུ་སློ་གཟུ་པོར་
 གནས་པ་དགོས་རྒྱ་ད་ཅང་ཉན་པོ་གསུངས་ཡོད། གལ་སྲིད་སློ་གཟུ་
 པོར་གནས་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཉིད་ཀྱི་བགའ་ལ་
 དྲང་ངེས་གཉིས་ཡོད། བདག་མེད་ཅེས་པ་ནང་པའི་ཆོས་ཡོངས་རྫོགས་
 ནས་གསུངས་ཡོད་ཀྱང་། བདག་མེད་ཀྱི་གོ་བ་ལ་ཕྱ་རགས་མང་པོ་ཞིག་
 བཅོམ་ལྡན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་ཡོད། དེ་དག་ལ་དབྱེད་པ་
 བྱས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བདག་མེད་པ་གསུང་སྟངས་འདི་བདག་མེད་
 རགས་པ་རེད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་རིགས་པའི་གནོད་ཀྱི་འདུག་
 ཅེས་དང་། འོ་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གང་གི་དོན་དུ་གསུངས་པ་



གྱི་མེད་པ་གྲུང་ཁྲན་གྱི་ཆོན་རིག་པ་ལྟ་བུ་ཡོད། རྒྱ་གཞུང་ནས་དྲག་
 ཏུ་ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་དོན་དུ་གྲུང་ཁྲན་གྱི་
 ཏུང་གི་ལྟ་བུ་དང་། གྲུང་ཁྲན་རང་ཉིད་ལ་གང་ཞིག་དགོས་པ་དེ་ཁོ་ནའི་
 ཐོག་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་ལས། རྒྱ་ཡིངས་སུ་རྩོགས་པ་གཟུ་བོར་གནས་
 པ་དང་། རྒྱལ་མདུན་དོ་རྒློག་མེད་པའི་ཐོག་ནས་འགྲོ་གི་མེད། དེ་
 ནི་གནས་ཚུལ་ཐ་དད་ཟེད།

ཆོན་རིག་པ་དོ་མ་དེ་དག་ནི་རྒྱ་གཟུ་བོར་གནས་ཤིང་། རྒྱ་
 གཟུ་བོར་གནས་པའི་ཐོག་ནས་བདག་དཔུང་བྱས་པ་དང་། ཆོན་རིག་
 བོ་ཐོག་ནས་བདག་དཔུང་བྱེད་སྐབས་ལེགས་ཉེས་སྤང་དོར་གྱི་སྐད་ཆ་
 གང་ཡང་མེད་པ་ལྟར་ནང་པའི་གཞུང་གི་དཔུང་པ་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་དེ་
 ལྟར་ཆགས་ཡོད། སྤང་དོར་གྱི་གནས་ཚུལ་ནི་དཔུང་པ་བྱས་རྗེས་ཐོབ་
 པའི་གྲུབ་དོན་ཡིན་པ་ལྟར་གཞི་ནས་ཕན་གནོད་ཀྱི་བསམ་ཚོལ་གཏོང་བ་
 ནི་རིམ་པ་གཉིས་པ་དེ་ཡིན། རིམ་པ་དང་པོ་དཔུང་པ་བྱེད་སྐབས་ལེགས་
 ཉེས་སྤང་དོར་གྱི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་མེད་པར་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གང་
 ཞིག་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་དཔུང་པ་བྱ་བ་རྒྱ་དེ་ཡིན། ཆོན་རིག་པའི་དཔུང་
 པ་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ།



ནང་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་ཚུལ་གྱི་
ཡིན་པའི་རིག་ཐང་།

ང་ཆོ་ཕྱེ་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་ཀྲུ་གར་དུ་འབྱོར་རྗེས་ལོ་རབས་
 ནུག་ཅུ་པ་དང་། བདུན་ཅུ་པ། བརྒྱད་ཅུ་པ་བཅས་པའི་ནང་རིམ་
 བཞིན་ཆོན་རིག་པ་དང་ཐོག་མར་འབྲེལ་བ་བྱུང་ཞིང་། མོ་ཕྱོགས་སུ་
 མ་ལྟར་པའི་གཟུར་གནས་ཆོན་རིག་པ་ཆ་འཛོག་འོས་པའི་སྒྲན་གྲགས་
 ཅན་མང་པོ་ཞིག་གིས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་གསར་པ་ཞིག་བྱེད་
 གྱི་འདུག དེ་ནི་ང་ཆོས་དངུལ་སྤྱད་དེ་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་
 རོགས་ཞེས་བརྗོད་པ་མེད། ང་རང་ཆོའི་ཨ་མ་སྤྱག་སྟོང་པ་ཡིན་པས་
 དངུལ་སྤྱོད་ཀྱི་ག་ལ་ཡོད། ཡང་གྲུང་ཁྲན་གྱི་བྱེད་སྒྲུངས་ལྟར་དབང་
 ཡོད་བཤད་པའང་མིན། ངས་སྤར་ནས་རང་ལ་རིན་ཐང་ཡོད་ན། ཁོང་
 ཐང་མི་ཡིས་རྒྱག་གི་རེད་ཅེས་བཤད་ཡོད། དེ་ནི་བདེན་པ་ཡིན། སྤྱིར་
 ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དང་། ཡང་སྒྲོས་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་
 རྒྱས་པའི་ཆོས་འདི་དཔལ་ནུ་ལེན་འདི་ཆོས་བརྒྱད་ཡིན། ཁོང་ཁྱས་ལྟར་
 ནང་དོན་རིག་པའི་འདུལ་བའི་ཉམས་ལེན་དང་། མངོན་པ་འོག་མའི་



གཞུང་ཙམ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ནི་ཕྱི་ལོ་དང་ཐུན་མེད་པ་ཆགས་ཡོད།
 འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་མིན་པར་དེའི་ཐོག་དུ་མངོན་པ་གོང་མ་དང་། ལྷག་
 པར་པར་ཕྱིན་གྱི་གཞུང་དང་། དབུ་མའི་གཞུང་། ཆད་མའི་གཞུང་
 བཅས་བྱར་དུ་ཡོད་པ་ནམས་བསྐྱན་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱི་ལོ་ནང་ཆོས་ལས་
 རྒྱ་ཆེ་དུ་ཕྱིན་པ་ད་ཅང་གསལ་པོ་རེད།

དེ་བཞིན་ལེགས་སྒྱར་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་གཅིག་པ་ཡིན་པ་རྒྱ་ནག་
 གི་ནང་ཆོས་ལས་ཟབ་དུ་ཕྱིན་ཡོད། རྒྱ་ནག་གི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ནང་སློབ་
 དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་། དཔལ་ལྷན་ཆོས་གྲགས་ཀྱི་ཆད་མའི་
 གཞུང་ནམས་རྒྱ་ཡིག་དུ་བསྐྱར་མེད། དེ་བཞིན་མཁན་ཆེན་ཞི་འཕྲོ་
 ཡབ་སྐུ་ཀྱི་ཆད་མའི་གཞུང་ནམས་ཀྱང་རྒྱ་ཡིག་དུ་མེད། དབུ་མའི་
 གཞུང་ལ་ཆ་བཞག་ན། ངས་ཤེས་གསལ་གལ་འགངས་ཆེ་ཤོས་དཔལ་
 ལྷན་ཆེ་བ་གྲགས་པའི་དབུ་མཆོག་གསལ་རྒྱ་ཡིག་དུ་མེད། དེ་ལྟར་
 རྒྱ་ཡིག་གི་ཐོག་མེད་པ་ནམས་ཀོ་རི་ཡ་དང་། ཉི་ཏྲོང་། སྤེ་ཏི་ནམ་
 སོགས་ཀྱི་སྐད་རིགས་ནང་དུ་མེད་པ་ཡིན། གང་ལགས་ཤེ་ན། ཀོ་
 རི་ཡ་དང་། ཉི་ཏྲོང་། སྤེ་ཏི་ནམ་སོགས་ཀྱི་ནང་ཆོས་ནམས་རྒྱ་ཡིག་
 ནས་ཚུར་བྱུང་བཞིག་ཡིན། དེས་ན་ང་ཆོ་བོད་ལ་ཡོད་པའི་ནང་ཆོས་
 ནི་དཔལ་རྒྱ་ལུ་ལྷན་པས་བཅུ་མས་པའི་གཞུང་ཆ་ཆང་བ་བོད་སྐད་



ཐོག་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

ལྷག་པར་པོད་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཐོག་མར་
འཇུགས་པ་གནང་མཁན་ནི་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་
ནི་དབུ་མའི་ལྷ་བ་སྤྱུ་མཁན་གྱི་སེམས་གཙོ་སྤྱུ་བ་ཞིག་དང་། ཆོད་མའི་
གཞུང་ལ་ཏ་ཅང་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གིས་མངའ་པའི་དབུ་མ་
རྒྱན་ལ་བལྟས་ན་ཐོག་མ་ནས་རྟགས་གསལ་བཏང་སྟེ་འབྲིད་པ་གནང་
ཡོད། གཞི་རྩ་དབུ་མའི་གཞུང་ལ་མོ་ཆེ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་བཞིན་
ཁོང་གི་སློབ་མ་ཀ་མ་ལ་ཤུ་ལ་ཏ་ཅང་བཀའ་ངེན་ཆེན་པོ་ཡིན། མ་
རྒྱན་ཁོང་གིས་རྒྱ་ཡི་ཏ་ཤང་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་ལྷ་བ་ལ་རྩོད་
པ་རེད་ཅེས་ཅུ་ལ་བཏོན་གྱིས་བཟོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཡང་གཙོ་
བོན་རྒྱ་ཡི་ཏ་ཤང་རྣམས་ཀྱིས་བསམ་གཏན་གྱི་སློམ་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་
དང་། ཡང་ན་དག་ཞིང་པ་ཞེས་བཟོད་ན། དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བའི་མདོ་
རྣམས་འདོན་པ་ལྷ་བུ་ལས། གཞུང་མང་པོར་སྦྱངས་པ་དང་དབུད་པ་
དེ་ཙམ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱག་སློལ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྷ་བུའི་ཕྱག་སློལ་ཞིག་
པོད་དུ་གཟུག་རྒྱུའི་ཉེན་ཁ་སྟེ་བས་སྐབས། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོའི་
བཀའ་སློབ་ལྟར་སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤུ་ལ་པོད་དུ་ཕེབས་ཏེ་དེ་ལྟར་མངའ་
ཡོད་པ་ཞིབ་པ་སློམ་རིམ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ལ་བལྟས་ན་ཤེས་ཀྱི་



ཟེད། ཆོས་རབ་དུ་མ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཉི་ཤུ་དྲུ་ཟུ་དྲ་
 ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་པ་འདི་ལྟར་ཡོད། ཅི་
 ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་འགག་པ་ཡིན་གྱི་ཟེད། འོན་ཀྱང་གཙོ་བོ་བསམ་
 གཏན་ཅམ་གྱིས་འགྲིག་གི་ཟེད་ཅེས་པ་ལ་སྒྲོམ་པ་བསམ་གཏན་དེ་དགོས་
 ཀྱང་། དེ་ཅམ་གྱིས་འགྲིག་གི་མ་ཟེད་ཅེས་དེ་ལ་དམིགས་ཕྱག་ནས་
 གསུངས་ཤིང་། དེས་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ད་ལྟ་བར་དུ་གཞུང་ཆེན་ལ་སྒྲོ་བ་
 སྤྱོད་བྱེད་ཟུ་དང་། ལྷག་པར་ཆད་མའི་གཞུང་བསྐྱབ་ཟུ་གལ་ཆེན་པོར་
 བཙུ་བ་འདི་བྱུང་ཡོད་ཆོད་འདུག

ཡང་སྒྲོས་ཕྱ་པ་ཆོས་མེད་སོགས་བོད་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ཆད་
 མའི་གཞུང་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་དོ་སྣང་མཛད་པ་དང་། ཉགས་གསལ་
 གཏོང་སྣངས་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཕྱ་པ་ཆོས་མེད་གི་སྐབས་སུ་བྱུང་བ་
 མིན་ནམ། འགའ་ཞིག་ནི་བོད་པ་རང་གིས་གསར་གཏོད་བྱས་པ་མིན་
 ནམ། འོན་ཀྱང་ཉགས་དང་གསལ་བ་བཀོད་ནས་འགོ་ལྷགས་ནི་ཆད་
 མའི་གཞུང་ནང་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ང་ཆོ་བོད་ཀྱིས་འཇམ་གླིང་
 འདིའི་ཐོག་གཞི་ནས་གཟུ་བོར་གནས་པའི་ཤེས་ཡིན་ཅན་ནམས་ཀྱིས་
 དོ་སྣང་བྱེད་ཡུལ་གཅིག་བོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་འདི་ཆགས་
 ཡོད། དེས་ན་ང་ཆོ་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་རང་ཉིད་བོད་པའི་



སྒོ་བས་པ་སྒྲེ་བས་པ་དང་། རང་ཉིད་བོད་པ་ཡིན་པར་མཐོང་དང་རིན་
ཐང་སྒྲེ་བས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་འདིའི་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་
མིན་ང་ཆོ་བོད་པས་སྒྲགས་དང་། ག་སྐམ་པོ། གཛེན། རྒྱ་མ། འབྲུག་
ག མཆིན་འབྲུག་བཅས་བཟུང་ཏེ་འཇམ་སྒྲིང་ཐོག་བོད་པའི་བྱུང་ཆོས་
མཆོན་པ་དང་སྐད་གྲགས་སྒྲེ་བས་པ་གང་ཡང་མིན། ང་ཆོ་བོད་པའི་
སྐན་ཏེ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱག་པར་བོད་ཀྱི་ནང་དོན་རིག་པ་
ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཆ་ཡོངས་སུ་ཆང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། ནང་
དོན་རིག་པ་གཏན་ལ་འབེབས་སྤངས་ཀྱང་ཆང་མ་རིག་པའི་ཐོག་ནས་
གཏན་ལ་དབབ་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་ཐུན་མིང་
མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ནི་ང་ཆོས་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་དོམས་སུ་ཆོག་པ་ཞིག་ཡོད།
དེས་མ་ཆད་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆད་མ་དང་དབུ་མའི་གཞུང་ཆ་ཆང་
བ་ཡོད་པ་དེ་དག་འགྲེལ་བ་གད་བྱེད་པའི་སྐད་ཡིག་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སྐད་
ཡིག་ལས་དེ་མིན་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་སྐད་ཡིག་གཞན་མེད། བོད་
ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཡོད་པའི་བཀའ་འགྲུར་དང་བཞུན་འགྲུར་གྱི་གཞུང་མང་
ཆེ་བ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཐོག་ཡོད་པ་དང་། རྒྱག་པར་བཞུན་འགྲུར་
ནང་གི་དབུ་ཆད་ཀྱི་གཞུང་གཙོ་ཆེ་བ་ནམས་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ཐོག་



ཡོད་པ་ཡིན། དེ་དག་ཅ་བ་ལེགས་སྒྲུར་གྱི་སྐད་ནང་ཡོད་པ་ཡིན། དེང་
 སྐབས་ལེགས་སྒྲུར་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཤད་ཆ་ཆང་བརྒྱབ་ཐུབ་
 པ་མེད། དེ་ལྟར་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་སྐབས་བོད་ཀྱི་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་
 པའི་ཆོས་ཀྱི་ཞག་ཆེ་དང་གཟི་བུ་དེ་ཐོན་པ་དེའི་ཐོག་ནས་བོད་ཡིག་
 ལ་ཆེ་མཐོང་སྒྲེབས་ཀྱི་ཡོད། ནང་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་ཡིག་གི་རྣམ་
 དཔྱད་འཐོན་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུར་གྱི་བོད་ཀྱི་མེས་པོ་
 རྣམས་རྣམ་དཔྱད་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་རེད་འདུག་སྐུམ་པའི་ཐོག་ནས་མི་
 རིགས་ཀྱི་སྒྲོབས་པ་སྒྲེབས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ང་ཆོས་ནང་ཆོས་སྒྲོབ་
 སྒྲོང་བྱེད་དགོས་ཞེས་འབོད་སྐུལ་བྱས་པར། དེ་ནི་ལས་ཀ་མེད་པའི་
 ལས་ཀ་རེད་བསམས་ན་ནོར་འབྲུལ་ཡིན། ང་ཆོ་བོད་མི་རིགས་འདི་
 འཛམ་གླིང་ཐོག་མི་དྲུང་ཕུར་དུག་ཅུ་ལྟག་ཅམ་ཡོད་པའི་ཁྱིད་འདྲ་འདྲའི་
 ནང་ནས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་བའི་ཐད་བོད་ཀྱི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་འདི་
 གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་མི་རིགས་གཅིག་གི་
 རོས་ནས་བཤད་ནའང་བོད་ཀྱི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་འདི་གནད་འགག་
 ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད།

ཆད་མ་དང་དབྱ་མའི་གཞུང་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱ་རྒྱུར་ང་ནང་པ་མིན་
 པས་དེ་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱེད་དགོས་དོན་མི་འདུག་བསམས་ན་དེ་ནི་ནོར་



འབྲུལ་ཡིན། ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་།
 དེས་འབྱུང་བསྐྱོམ་རྒྱ་ལྟ་བུའི་ནང་པ་ཁོ་ནས་བྱ་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། དེ་མིན་
 ཆོས་ཀྱི་ཡིན་ལུགས་གཏན་ལ་དབབ་རྒྱ་སྟེ། གོང་དུ་ཤེས་བྱ་དང་། གཞི་
 གྲུབ་སོགས་བཤད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་བྱའི་རྣམ་གངས་རྣམས་གཏན་ལ་
 བབ་ཀྱི་ཡོད། ཡུལ་གཞལ་བྱའི་རྣམ་གཞག་དང་། ཡུལ་ཅན་ཤེས་
 པའི་རྣམ་གཞག་རྣམས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་ཤེས་
 བྱའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པས་དེ་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པ་ནི་ནང་ཆོས་སློབ་
 སྦྱོང་བྱས་པ་ཞིག་མིན། དེ་དག་བྱེད་རང་ཆོས་ཤེས་དགོས་པའི་གནས་
 ལྟ་ལ་ཞིག་ཡིན།

དེར་བརྟེན་བར་སྐབས་ནས་ཆོན་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་མང་པོ་
 ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལྟར། ཆོན་རིག་པ་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་ཆོག་ས་འདུ་
 འཆོག་ས་སྐབས། ཆོན་རིག་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ནང་པའི་ཆོན་རིག་
 ཅེས་པའི་མིང་ཆོག་འདི་བཟོད་ཀྱི་འདུག དེ་ལ་ངོས་ནས་དེ་ལྟར་བཟོད་
 རྒྱ་མི་འདུག་ཅེས་བཤད་ཡོད། ད་ལྟོ་ང་ཆོའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་ནང་
 ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་དང་། སྐྱེ་བའི་བདག་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་
 སོགས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་ཆོན་རིག་པ་དང་གོ་བསྐྱར་གཏན་ནས་བྱེད་ཀྱི་མེད།
 ང་ཆོའི་བར་གྱི་གོ་བསྐྱར་ནི་སེམས་ཀྱི་འགོ་སྐངས་སྒྲོར་སྐད་ཆ་བོད་ཀྱི་



ཡོད། དེ་ནི་བ་ཆགས་པའི་ཐོག་ཏུ་བཤད་ན། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་
ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆོན་རིག་སྟེ། ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་རྣམ་གཞག་གམ།
ཆོན་རིག་ཅེས་བརྗོད་ན་འགྲིགས་པ་ཡིན། དེ་ནི་སྟེ་ཆོན་གཅིག་ཡིན།

སྟེ་ཆོན་གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་
ལྟ་བུ་བ་དེ་སྟེ་ཆོན་གཅིག་ཡིན། སྟེ་ཆོན་གསུམ་པ་ནི་ནང་པ་སངས་
རྒྱས་པའི་ཆོས་སྟེ། ཤེས་རྒྱུད་འདུལ་པའི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ལམ་ནི་ནང་
པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དེ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྟེ་ཆོན་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་
ཕྱེ་སྐབས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཤེས་བྱའི་རྣམ་གཞག་
གམ། ཆོན་རིག་ཅེས་བརྗོད་པའི་སྟེ་ཆོན་འདི་ཉིད་ང་ཆོས་ཆོན་རིག་
པ་རྣམས་དང་གོ་བསྐྱར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཆོན་རིག་པ་དང་འབྲེལ་བ་
ཡང་འདིའི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད། ལྟ་བུ་ཀྱི་ནང་ནས་གང་འཆོམས་
ཤིག་འབྲེལ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་གང་
ཡང་མེད། དེ་ལྟར་སྟེ་ཆོན་གསུམ་དུ་དབྱེ་བྱེད་པ་ས་གནད་འགག་ཆེན་
པོ་མཐོང་གི་འདུག



ཕྱི་ལོ་འདི་ལྟེན་པ་ལྟོགས་

གསུང་གཏིང་།

དེ་རིང་འདིར་བཟོད་འདོད་པ་ཞིག་ལ། ཆོས་དག་དག་བཤེས་
 ཁ་གསུམ་འདིར་ཡོད། ཉེ་ལམ་བྱུང་བ་སྐྱེས་པ་དང་དོ་རྩེ་དག་འདུལ་
 གཉིས་དང་སྐད་ཆ་བྱུང་བར། རིགས་ལམ་སློབ་སྦྱོང་སྦྱོང་སྐབས་དེ་
 དེང་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་རིག་དང་། དངོས་ཁམས་རིག་པ། རྣམ་འགྱུར་
 རིག་པ་སོགས་ཀྱི་སློབ་ཆོན་གྱི་ས་བཅད་ཡོད་པ་དེང་སང་སློབ་གྲྭ་ཁག་
 གི་ནང་བསྐྱབས་རྒྱུ་ཉེ་སྡེ་ཆོན་དེ་རང་ཡིན་པ་ལ། རྩེ་ཆོན་དེ་ཉིད་མུ་གསུམ་
 མུ་བཞི་བསྐྱེགས་པ་དང་། བྱུང་དང་མ་བྱུང་། འགལ་དང་མི་འགལ་
 བཅི་བ་སོགས་བཟོད་གཞི་དེང་དུས་ཤེས་ཡིན་གྱི་སློབ་ཆོན་ཡིན་པ་ལ།
 སློབ་བྱིད་བྱེད་སྐབས་རིགས་ལམ་དང་སྦྱར་ནས་འབྲིད་རྒྱ་ཞིག་བཟོ་གལ་
 ཆེ་ཚུལ་ངས་ངོ་ཤེས་པ་ཁ་གསུམ་ལ་འཛོད་སྐྱུལ་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ལ་ང་
 ཆོས་དམིགས་བསལ་གྱི་དོ་སྤྱང་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་བར་སྐབས་རྒྱ་
 གར་ནང་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྤྱང་གསར་པ་ཞིག་སླེབས་འདུག ཁ་སློན་



དེ་རྒྱུ་གཤམ་གྱི་པག་འཛོམས་ཆར་ནས་ཡོ་རི་སའི་པོད་མིའི་གཞིས་ཆགས་
 ལུ་བསྐྱོད་སྐབས་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་བཞེ་ཤར་ཁྱུག་ཙམ་བསྐྱེད་པ་ཡིན།
 དེར་ཡོ་རི་སའི་ས་གནས་གཞུང་གི་སྡེ་ཆེན་གཅིག་གིས་དམིགས་བསལ་
 དོ་སྤྲོད་བྱས་པ་ལྟར་བར་སྐབས་ཡོ་རི་སའི་ས་ཁུལ་ནང་སྤར་གྱི་ནང་པའི་
 གནའ་བུལ་ཞིག་རྒྱུད་སོན་བྱུང་བར་བརྟེན་ཁོང་ཆོས་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྤྲོད་
 བྱགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱེད་གྱི་འདུག།

དེ་རྒྱུ་གཤམ་རྒྱ་ཏར་སྐབས་ཤིང་། དེར་ཡང་གཤམ་རྒྱ་ཏར་མངའ་
 སྡེའི་གཞུང་གི་ཐོག་ནས་དམིགས་བསལ་དོ་སྤྲོད་བྱས་པ་ལྟར་དེ་ཁུལ་
 གས་སྤར་གྱི་ནང་པའི་སྐུ་བརྒྱན་དང་། ལྷག་པར་ས་ཆ་ཞིག་ནས་ནང་
 པའི་དམོན་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་རྒྱུ་བྱུང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིང་བསྐུལ་
 བཅས་རྒྱུད་སོན་བྱུང་འདུག དེར་བརྟེན་དེ་ཁུལ་དུ་ནང་ཆོས་ཐོག་དོ་
 སྤྲོད་གསར་པ་ཞིག་སྐབས་འདུག།

དེ་བཞིན་གཤམ་མངའ་སྡེའི་གཞུང་ནས་དམིགས་བསལ་དོ་
 སྤྲོད་བྱགས་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་ཉེ་བའི་ཆར་ངོས་རང་པར་ན་གྲོང་ཁྱོད་
 དུ་ས་ག་ཟླ་བའི་དུས་ཆེན་དང་བསྐྱེད་འགྲོ་དུས་དེ་གར་ནང་པའི་གཙུག་
 ལག་ཁང་གཅིག་བཞེངས་པ་དེའི་མཐའ་སྐོར་དུ་སྐྱོམ་གྲུ་དང་། བཤད་
 གྲུ་སོགས་གང་འཚམས་གསར་རྒྱག་བྱེད་འདུག དེ་ལྟར་ས་གནས་མང་



ཀྱི་ཤེས་བྱ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། རང་ཆོས་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་
མེད། དེས་ན་རང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆོན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་ལ་
དོ་སྣང་ཡོད་མཁན་ཆོར་ལྷེ་གནས་བཤད་བྱེད་མ་སྤོང་གཉིས་ཁང་
འདྲུགས་དགོས་ཤིང་། སྤོང་སྤྱོད་དེ་ཡང་རང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་
ཆོན་རིག་དང་ལྷ་གྲུབ་གཉིས་བསྐྱེད་ཆུ་དེ་ནི་རང་ཆོས་སྤོང་སྤྱོད་སྤྱད་
པ་ཞིག་མིན།

ཡང་སྤོང་གཉིས་བཤད་པ་རང་པ་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་
ན། རང་ཆོས་སྤོང་སྤྱོད་བྱས་ན་འགྲིགས། དེ་ནི་རང་ཆོས་ནས་གསུངས་
པའི་ཆོན་རིག་དང་། ལྷ་གྲུབ་གཉིས་ཤེས་པའི་ཐོག་རང་ཆོས་ཀྱང་སྤོང་
སྤྱོད་བྱས་ཏེ་གསུམ་ག་ཤེས་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འོན་ཀྱང་རང་
ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆོན་རིག་དང་། ལྷ་གྲུབ་གཉིས་སྤོང་སྤྱོད་བྱེད་
པ་དེ་རང་ཆོས་སྤོང་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཞིག་མིན་པ་གསལ་པོ་དགོས། སྐབས་
དེར་ངས་བཀའ་སློན་ཁྲི་པར་ས་ཆ་དེ་དག་ནས་རང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་ཆེན་
པོ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་འདུག་པས་ང་ཆོའི་ངོས་ནས་དགེ་ཆེན་གྲུག་བྱེད་དགོས་
ཀྱི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན། དགེ་ཆེན་དེ་ཡང་གཞུང་ཆེན་སྤོང་མཁན་
ཀྱི་དགེ་ཆེན་ང་ཆོར་གཏོང་ཆོག་ཡོད་ཀྱང་། འུགས་གཅིག་ནས་སྤྱད་
ཡིག་ཤེས་མིན་གནས་ཚུལ་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་ནས་ངོས་ཀྱིས་རང་



ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཚན་རིག་དང་། ལྷ་གྲུབ། ནང་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་
ལེན་བཅས་སྡེ་ཚན་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་དེའི་ཐད་ཟབ་སྤྱོད་ཞིག་སྤོང་རྒྱ་
སྐད་ཆ་བྱུང་བ་དེ་སྒྲིང་དེ་རིང་འདིར་བཅོད་འདོད་བྱུང་།

གང་འདྲ་བྱས་ན་ལེགས་པ་འདུག སྤྱི་གཞུང་གསུངས་ཤིག་གིས་
ཁྱེད་ཐུགས་ནས་བྱེད་པ་འཕམ། ཡང་ན་གང་ཞིག་བྱས་ན་ལེགས་པ་འདུག
དོས་ཀྱིས་བསམ་སྒྲོ་བ་ཏུ་བཞི། ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཚན་རིག་
ཅེས་བཅོད་སྐབས། ཁོང་དུ་བྱེད་རང་ཆོས་རྟགས་གསལ་གཏོང་བའི་
རིགས་ལམ་གྱི་ཐོག་ནས་ཐོག་མར་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱི་ས་མཚམས་བྱེ་
སྐབས། ཆད་མས་དམིགས་པ་ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅེས་ཆད་མས་
དམིགས་པ་དེ་ཡོད་པ་དང་། ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆད་མས་གྲུབ་དགོས་
ཞེས་བཤད་ཀྱི་ཡོད། ཆད་མ་འཛོག་ཚུལ་ལ་ལུགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད།
སྤྱིར་བཏང་ཆད་གྲུབ་ཡིན་དགོས་ཞེས་པ་ནི་ཚན་རིག་པ་དག་གིས་ཀྱང་
དེ་རང་གི་ཐོག་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་ནི་ང་ཆོས་སུ་ལའང་བཅོད་ཐུབ་
པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་གཤམ་བྱ་དང་གཞི་གྲུབ་ཅེས་བཅོད་
པའི་བསྐྱུས་གྲུའི་རྣམ་གཞག་རྣམས་ཚན་རིག་གི་ནང་དུ་འགྲོ་བ་དང་།
མངོན་པའི་གཞུང་ནས་སྤྱི་གཞུང་བཞེན་གྱི་རྣམ་གཞག་གསུངས་སྐབས་བྱེ་
ཡི་འཛིག་རྟེན་དང་ནང་གི་འཛིག་རྟེན་གཉིས་སུ་གསུངས་ཤིང་། བྱེ་



ཡི་འདི་ག་རྟེན་ནི་སྣོད་གྱི་བཀོད་པ་བཤད་གྱི་ཡོད།

དེས་ན་མངོན་པ་གོང་འོག་གཉིས་ནས་འདི་ག་རྟེན་གྱི་ཁམས་
 ཆགས་ཚུལ་དེ་དུལ་ཕྱ་རབ་ནས་འཇམ་གྱིང་ཆགས་སྒངས་དེ་ཆོའི་གས་
 རྣམས་མངོན་པ་འི་གཞུང་ནས་ལེན་རྒྱུ་ཡོད། དེ་དག་ནི་ནང་ཆོས་ནས་
 བཤད་པའི་ཆན་རིག་གི་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད། རྒྱུད་སྒྲ་མ་དང་། རྣམས་
 གྱི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་འབྲུང་བ་ལྷ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་པའི་རིགས་
 རྣམས་ Buddhist Science ༼ནང་ཆོས་ནས་བཤད་པའི་ཆན་རིག་༽
 ཡིན་ལ། མངོན་པ་གོང་འོག་གཉིས་ཀའི་ནང་དུ་ཕུང་པོ་ལྷ་དང་། ཁམས་
 བཅོ་བརྒྱད། སྒྱེ་མཆེད་བརྒྱ་གཉིས་སོགས་སུ་དཔྱེ་བ་རྣམས་ནི་ནང་
 ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆན་རིག་གི་ནང་དུ་ཏག་ཏག་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་
 རྣམས་གཙོ་བོ་ Science of Mind ༼སེམས་གྱི་ཆན་རིག་༽ ཅི་ནང་
 པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད། སྤྱིར་བྱ་བ་རྒྱ་ཐུན་
 མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཡང་སྒོས་ནང་པའི་ཐུན་མོང་མ་
 ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན།

འདིར་སྤེབས་སྐབས་མངོན་པ་གོང་འོག་ནས་སེམས་གྱི་རྣམ་
 གཞག་གསུངས་པ་རྣམས་མེ་ཆན་གཅིག་ཏུ་ཕྱེ་ཞིང་། སེམས་གྱི་རྣམ་
 གཞག་གསུངས་པའི་མེ་ཆན་དེའི་ནང་དུ་རྣམས་གྱི་གཞུང་ནས་སེམས་



ཕྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དབྱེ་ནས་གསུངས་པ་རྣམས་ཚུར་སྡོན་མ་ཐུར་
བ་དང་། གཅིག་བྱས་ན་རྒྱུད་གི་འཕྲོ་སྤངས་དེ་རིགས་ཀྱང་ཕལ་ཆེར་
ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་རྣམ་གཞག་གི་ནང་དུ་བཞེད་བྱུང་བ་ཡིན། རྟོག་བརྒྱས་
བཤད་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱུད་གི་རྣམ་གཞག་རྣམས་འཕྲོན་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་
རྣམས་ནང་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པ་རྣམས་ནི་ནང་ཆོས་ནས་བཤད་པའི་
ཆན་རིག་གི་སྡེ་ཆན་དེའི་ནང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན།

མདོན་པའི་གམ་ནས་གསུངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ལེའི་ནང་
ནས་ཕྱན་བྱེ་འཕྲུལ་ཡོད་པ་ལས། དེ་མིན་ཁམས་ལེ་ཆ་ཆང་ལེན་
དགོས་དོན་མེད། འཇམ་མེད་འདི་ནི་གིང་རྟེན་ལུལ། གཅིག་ལ་
དཔག་ཆད་ཕྱེད་དང་བཞི། ཁེས་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཕྱེ་དགོས་དོན་མེད།
དེ་ནི་བྱུང་སྐྱེལ་མཁན་ལྟ་བུ་ལས་སྤྱིང་པོ་དེ་ཙམ་མེད།



ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་ ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲོབ་དེབ།

གོང་གསལ་ཐོག་དམིགས་བསལ་གྱི་སྒྲིག་འདུགས་བཞེས་ནས་དོ་
སྒྲུང་བྱེད་པ་ལ་ཐོག་མར་གྲུ་ཚང་གི་མཁན་རིན་པོ་ཆེས་དོ་སྒྲུང་བྱེད་དགོས་
མིང་། གོ་སྒྲིག་བྱེད་སྒྲུངས་གང་འདྲ་བྱས་ན་ལེགས་པ་ཡིད་དང་། དག་
བསྐྱུག་རྒྱུ་གྱུ་སོགས་ལས་ཀ་རྩ་དག་གི་ཐོག་སྒྲེབས་པར་མ་ཟད། སྒྲོབ་
དེབ་ཀྱང་བཟོ་དགོས་པ་ཡིན། ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ཆོན་རིག་
ཅེས་པའི་སྒྲོབ་ཆོན་དེའི་ནང་ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་རྣམ་གཞག་རྒྱུང་པ་ལས་
ལྷ་གྲུབ་སྒྲོར་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། བསྐྱེས་གྲུའི་ནང་གི་
སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་དང་། དགག་པ་དང་སྐྱུབ་པ་ལྷ་བྱ་ནི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ནང་
དུ་སྒྲེབས་ཀྱི་མེད་དམ། དེ་ལ་བྱེད་རང་ཆོས་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས།

ལྷ་གྲུབ་ནང་སྒྲི་ཞེས་པ་ཡིད་པར་འདོད་མཁན་དང་། མེད་
པར་འདོད་མཁན་ལྷ་བྱ་བཞེད་སྒོ་ལ་མི་འདུ་བ་ཡིད། ལུ་སྒྲིགས་པའི་
གཞུང་དུ་སྒྲི་དོན་གཞན་ཞེས་བཤད་པ་རྣམས་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ཐོག་དུ་འགོ་



གི་འདུག་ རི་ལྟ་ར་ལེགས་པ་འདུག་གམ། ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་
པའི་ཚན་རིག་ཅེས་བཞུགས་སྐབས། སྤྱི་ཡི་ཚན་རིག་དངོས་ཁམས་རིག་
པ་ལྟ་བུ་དང་། སེམས་ཁམས་རིག་པ་ལྟ་བུ་དེ་ཅང་གསལ་པོར་སྤྱི་ལྟ་
ཡོད་པ་ལྟ་ར་སློབ་ཚན་གྱི་གཞུང་ལྟ་བུ་ཞིག་བང་བསྐྱེག་དགོས།

ནང་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་ལྟ་བུ་བ་ཅེས་པའི་ནང་དགག་པ་
དང་སྐྱབ་པ་དང་། སྤྱི་དང་གྲེ་གྲག་སོགས་ནི་དེའི་ནང་སྐྱབས་མི་ཡོང་
ངས་སྙམ། ལུ་སྟོགས་པའི་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་
བཞོད་ཆོག་པ་ཡིན། ནང་པས་སྤྱོད་ཀྱི་སེལ་བས་འདུག་པར་གསུངས་
པ་ནམས་ལྟ་བུ་གྱི་ནང་སྐྱབས་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ནི་དམིགས་བསལ་
ཆོས་མིན་པས་དེ་ཅང་གནད་འགག་ཆེན་པོ་ཡོད། ལྟ་བུ་མི་འདྲ་བ་
བཤད་ཀྱི་ཡོད། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བ་སྤྱི་ར་བཤད་སྐབས། བརྟེན་ནས་
འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྱུང་ངམ་རྩ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་དང་། བརྟེན་ནས་
བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་རྟེན་འབྲེལ་ལྟོས་གྱུ་བ་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གཉིས་
ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བ་གཙོ་བོ་ཡིན། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྩ་འབྲས་
ཀྱི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་བཞུགས་སྐབས། རྒྱ་ཡིས་ཡུལ་ལ་འདུག་ཚུལ་གྱི་རིགས་
ནམས་ཀྱང་ཕལ་ཆེར་དེའི་ནང་སྐྱབས་ཡོང་བ་ཡིན། བཞོད་པ་པོ་གཅིག་
སྟེ་དག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བུས་བུས་པ་རེད་ཅེས་པ་དེ་ལྟ་ར་མིན་པར་



ཐུ་ཀྱིན་དུ་མ་ཞིག་གི་དབང་ལས་བྱུང་བ་ཤིང་ཅེས་བཟོད་སྐབས། ཐུ་
 ཀྱིན་གྱི་རྣམ་གཞག་དེའི་ཐོག་ཏུ་སྒྲེབས་ཡོང་གི་ཡོད། གཞལ་བུའི་གནས་
 གསུམ་སྟེ་གཞལ་བུ་མངོན་གྱུར་དང་། གཞལ་བུ་སྒྲོག་གྱུར། གཞལ་
 བུ་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་བཅས་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་ནང་ཆོས་ཀྱི་
 རྩ་བུ་བ་གང་གི་ནང་དུ་འཛོག་དགོས་མེན་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག

མདོར་ན་འདི་རྩེ་སྟེ་ཆོན་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། ནང་ཆོས་
 ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲོར་སྒྲོབ་ཆོན་བསྐྱེག་དགོས་དོན་མེད་པ་དང་ཆོར་སྐར་
 ནས་ཡོད་པ་ཡིན། ནང་ཆོས་ནས་བཤད་པའི་ཆོན་རིག་ནང་མངོན་པ་
 གོང་ལོག་གི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་རྣམས་དང་། སེམས་ཀྱི་ཆོན་རིག་
 སྐབས་སྐབས་ཀྱི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་བྱེ་དགོས།
 ནང་པའི་རྩ་བུ་བ་ཅེས་པའི་ནང་ཅུ་བ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྱུང་
 ངམ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་དེ་གཞི་ལ་བཞག་པའི་
 ཐོག་ནས་སྒྲོ་ཡི་འགྲོ་སྐངས་དང་། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་བྱུང་པར། སྤྱི་
 རྟེན་པའི་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་ཡོད་པ་དང་། ནང་པའི་གཞུང་ནས་
 ཀྱང་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དང་། གོང་དུ་བྱུང་རང་ཆོས་དངོས་
 པོ་རང་མཆོན། དོན་དམ་བདེན་པ་གསུམ་དོན་གཅིག་དང་། རྟག་
 པ་དང་། སྤྱི་མཆོན། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་གསུམ་དོན་གཅིག་ཡིན་ཞེས་



བཟོད་པ་དེ་ག་རང་རེད་སྐྱམ་ནས་བསྐྱེད་ན། རྗེས་ལ་དབུ་མའི་ནང་
གི་བདེན་གཉིས་བཤད་དུས་དེ་སྔོན་ང་ཚོར་བསྐྱབས་པ་དེ་རེད་མི་འདུག་
བསམ་ནས་བསམ་སྒྲོ་འབྲུག་རྒྱུ་འདི་ཉེན་ཁ་ཡོད། བདེན་གཉིས་ཞེས་
པའི་མིང་འདི་ཕྱི་རོལ་པས་འདོད་པ་མ་ཟད། ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་བཞི་
ཀས་ཀྱང་བཤད་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་བདེན་གཉིས་འཛོག་སྤངས་མི་འདྲ་
བ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་རིགས་ནི་ནང་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ལྟ་
གྲུབ་ཀྱི་ནང་དུ་སྒྲེབས་ཀྱི་ཡོད། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་
ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་ནི་གྲུབ་མཐའ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད།

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བ། །

ཞེས་པ་ནས་སྐུ་སྐྱུབ་ཀྱིས་པའི་འདོད་པ་བཞོད་དེ་འགྲེལ་བཤད་
བསྐྱེད་སྐྱབས་གྲུབ་མཐའི་ནང་དུ་སྒྲེབས་ཀྱི་ཡོད།

ལྟག་པར་སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱི་རྟོག་གི་འབར་བ་
ནི་གྲུབ་མཐའ་རང་རེད་འདུག གཞུང་དེ་དག་གཞི་ལ་བཞག་ནས་མཁན་
ཆེན་ནི་བ་འཆོས་ཆད་ཆེན་གྱི་ནང་དུ་འང་སྐུ་སྐྱུབ་ཀྱིས་པའི་གྲུབ་མཐའ་
གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའི་ཁྲུངས་གདུགས་ས་
ནི་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པས་མཛད་པའི་གྲུབ་མཐའི་གཞུང་ནས་རེད་འདུག
དེ་མིན་བོད་རང་ཉིད་ལ་གྲུབ་མཐའི་གཞུང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་



ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ནང་དུ་སླེབས་ཆུང་བཞེན་ནང་དོན་རྒྱས་པོ་ཆགས་ཆུ་རེད།
 དེ་ལྷ་ར་སླེ་ཆཅན་དཔེ་བའི་སློབ་དེབ་བོད་ཡིག་ཐོག་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ཟེན་
 པ་དང་། རང་རེའི་ནང་ཁྲུལ་གྱི་མཁས་པ་གང་འཆམས་ཞིག་ལ་དབྱུང་
 ཞིབ་དུ་ལུལ་ཏེ་དེ་ནས་གཏན་འཁེབས་བྱུང་བ་དང་། དེ་ཁྱིན་ཡིག་དང་།
 རྒྱ་ཡིག་ཉི་ཉོང་སོགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དུ་བསྒྱུར་ན་ཏན་ཏན་པན་ཐོགས་
 ཡོང་ཆུ་རེད།

རིགས་ལམ་གྱི་འགྲོ་སྐད་ས་དེ་གཅིག་བྱས་ན་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ནང་
 དུ་སླེབས་ཆུ་དང་། ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ནང་དུ་བསླེབས་ན། ཡུལ་ཅན་ཆོད་
 མས་གཏན་ལ་ཤབ་དགོས་པ་དང་། ཐོག་མར་སློ་ཡིས་གཞུལ་བྱ་འདུལ་
 ཆུལ་དང་། དེ་བཞིན་སྐྱོད་ཀ་སེལ་བས་འདུག་པ་དང་། མདོན་སུམ་
 སྒྱུབ་པས་འདུག་པ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་དཔེ་བའི་རྣམས་ཀྱང་སླེབས་ཡོང་བ་
 ཡིན། དེ་བཞིན་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ནང་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་
 དེ་དག་སླེབས་ཡོང་བ་ཡིན། ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ནང་སྐྱ་སླེགས་པའི་གཞུང་
 གི་ཆོད་མ་ལ་གྲངས་གཅིག་དུ་འདོད་པ་དང་། གཉིས་སུ་འདོད་པ་དང་།
 རྩལ་དུ་འདོད་པ། བརྒྱ་གཅིག་དུ་འདོད་པ་སོགས་ཀྱི་འདོད་ལུགས་
 མི་མཐུན་པ་རྣམས་ཀྱང་འདིར་སླེབས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལྷ་ར་གཏན་
 ཆོགས་ཀྱི་འགྲོ་སྐད་རྣམས་འདིའི་ནང་དུ་སླེབས་བྱུང་བ་བྱུང་ན་དང་།



དེ་མིན་རིགས་ལམ་གྱི་གཏན་ཆོག་སྤྲོད་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ནམས་བྱུང་དུ་བཟོས་
 ནའང་འགྲིག་ས། གང་ལྟར་ང་ཚོའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་ནང་པ་ལ་ཕན་
 པ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་། ནང་པ་མིན་པ་དག་གིས་ཀྱང་ཐུན་མོང་གི་སྒྲོབ་ཆན་
 གཅིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་པ་མ་ཟད། ཐུན་མོང་ལ་ཕན་ཐོགས་
 ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ཆེ་ས་ནས་བཤད་ན་འཇམ་སྒྲིང་སྤྱི་ལ་ཕན་ཐོགས་
 དང་ཞབས་འདེགས་འདིའི་ཐོག་ནས་བསྐྱབ་ཐུབ་པའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་
 དགོས། དེ་ལྟར་དེ་རིང་བྱེད་རང་སྒྲོབ་ཕྱག་ཚོར་འདི་སྒྲོར་འབྲེལ་བཤད་
 ཅིག་བརྒྱབ་ན་བྱེད་རང་ཚོའི་བསམ་སྒྲོའི་སྒྲོབ་གསེལ་ར་རྒྱས་གཏོང་
 བའི་ཐབས་ལམ་གསར་པ་འདུག་ཙང་སྒྲམ་པ་ཡོང་བྱེད་དམ་བུར་།
 ང་ཚོ་བོད་པའི་རིག་གཞུང་འདི་ཇི་ཅམ་ཕྱག་པོ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་
 རྒྱས་པས་འཇམ་སྒྲིང་སྤྱི་ལ་ཕན་ཐོགས་ཞབས་འདེགས་བསྐྱབ་ཐུབ་པ་
 ཞིག་ཡོད་པ་བྱེད་རང་ཚོའི་སྒྲོངོར་འཆར་སོང་ངམ། དེ་ལ་གནད་འགག་
 འདུག་གམ་མི་འདུག་ བྱེད་རང་ཚོ་ད་ལྟ་ལམ་སང་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་
 ཞེས་བཟོད་ཀྱི་མེད། འགྲོ་སྤངས་འདི་འདྲ་འདུག་སྒྲམ་པ་བྱེད་རང་
 སྒྲོབ་ཕྱག་ནམས་ཀྱིས་ཤེས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་སྒྲམ་ནས་བཟོད་པ་ཡིན།



རྟེན་འབྲེལ་དེ་ཆོན་རིག་དང་ལྷ་ གྲུབ་གང་ཏུ་གཏོགས་མིན།

ཁ་སང་ཨ་རི་ནས་འཁོར་དེ་ཐང་ཆད་པ་དང་། དེ་རྗེས་ཆ་གང་
འཐབ་པ་སོགས་ཀྱིས་ཁ་སང་ཁ་ཉིན་ཆ་བ་འཕར་དེ་གཟུགས་པོ་སྤན་བྱ་མི་
བདེ་བ་བྱུང་ཡང་། དེ་རིང་ཅུང་ཟད་དྲག་ཏུ་ཕྱིན་འདུག ད་ལན་ནང་
ཆོས་དམིགས་བསལ་བཤད་རྒྱུ་དེ་ཙམ་མེད། དེ་ནས་དེ་བཞིན་པ་དེ་བཞིན་
ཞེས་བརྗོད་ན་ལེགས་པ་མེད་དམ། དེ་རིང་གཟུགས་པོ་མ་འབྲུག་པ་བདེ་
པོ་བྱུང་ན་སང་ཉིན་ནང་ཆོས་འབྲེལ་བཤད་དོག་ཙམ་བྱས་ན་འགྲིགས། དོ་
དགོང་གཟུགས་པོ་ཅུང་ཟད་འབྲུག་པ་ལྷ་བྱ་བྱུང་ཆོ། གཙང་སྐད་བརྒྱབ་
ན། སང་ཉིན་བདག་གཅིག་དགོངས་པ་ལ་ཞུས་ཀྱི་ཡིན། དེ་ནས་ཐོག་
མར་དེ་བ་དེས་ལན་བརྒྱ་རྒྱ་ཡིན། དེ་བ་གང་ཞིག་དེས་ཀྱང་འགྲིགས།

དྲི་བ།

གངས་རི་རྩ་བས་བསྐྱོར་བའི་ཁིང་ཁམས་སུ། །

ཕན་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས། །

སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བཞུགས་འཛིན་གྱ་མཚོ་ཡི། །



ཞབས་པད་མིང་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་གྱུར་ཅིག །

ཅས་མཆོད་པར་པར་ཆོད་ནས་པག་འའི་ལྷ་ལྷུང་། ལོ་མོང་ས་
ལྷུང་ས་མཁོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་། ནང་
ཆོས་ཀྱི་ལྷ་ལྷུང་ཅས་ཇི་ཆོན་གཉིས་སུ་སྤེལ་བ་གནང་སྐབས། རྟེན་འབྲེལ་
ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་ཉིད་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་ལྷུང་ཀྱི་
ཇི་ཆོན་གཉིས་ལས་གང་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཀྱི་ཡོད་དམ་ཞེས་ལྷུས་པར།

བཀའ་ལན། རྟེན་འབྲེལ་དང་རྟེན་འབྲུང་གཅིག་པ་ཡིན་
ཞིང་། རོས་ནས་རྟེན་འབྲེལ་དེ་རྩ་བ་ཀྱི་ནང་དུ་བཞག་ན་ཡག་པ་མེད་
དམ་སྟུམ། གང་ལགས་ཤེ་ན། ནང་གི་ཤེས་པ་ཡོད་པ་དང་། འཛམ་
གླིང་གི་ཕྱི་རི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཡོད་པ་སོགས་ནི་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་རེད། དེ་
རྒྱ་རྒྱེན་གང་གིས་བྱུང་ངམ་ཞེ་ན། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་པ་
རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་དེར་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཡོང་
སྤངས་ཀྱི་སྒོར་ཤོད་སྐབས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་ཆགས་ཡོང་གི་ཡོད། སངས་
རྒྱལ་ཀྱི་ས་རྟེན་འབྲེལ་ཞེས་གསུངས་དགོས་དོན་ནི། རྒྱ་མེད་ལས་སྦྱོས་
པ་མིན་ལ། རྟག་པའི་རྒྱ་ལས་སྦྱོས་པ་ཡང་མིན། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་
པོ་རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སྦྱོས་བྱས་བྱས་པ་ཡང་མིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། འོ་
ན་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་བྱུང་ངམ་ཞེ་ན། རྒྱ་དང་རྒྱེན་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་



བ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་རྟེན་འབྲེལ་ནི་ལྷ་གྲུབ་གྱི་མེ་ཆེན་ནང་
དུ་འགོ་གི་རེད་སྟེ།

རྟེན་འབྲུང་མིན་པའི་ཤེས་བྱ་མེད་ལ། ཤེས་བྱ་ཞིག་མོད་སྐབས་
དེ་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ན་ཡང་། དེ་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་
རྒྱུ་ནི་ལྷ་གྲུབ་དང་འབྲེལ་བ་ཆེ་བ་ཡོད།



སྒྲིབ་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱིས་ཡོད་མེད་ ཀྱི་མཐའ་སེལ་ཚུལ།

བཀའ་འདྲི། བོད་གངས་ཅན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲིབ་མ་མཆིས་པའི་
དབུ་མིང་རྩེ་བཅུན་འཇམ་དཔལ་དག་དབང་སྒྲོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འཛིན་
ཀྱི་མཆོ་སྤྱོད་གསུམ་དབང་སྒྲུར་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྤྱོད་དཔལ་བཟང་པོ་
མཆོག་སྤྱོད་པ་ཞབས་པད་བསྐལ་བཀྱར་བདན་པ་དང་། ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་
དགོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་འགྲུབ་པར་གྱས་པས་སྒྲིབ་ལམ་ཁྱུ་བཞིན་ཡོད། གྱུས་
པས་བཀའ་འདྲི་ཁྱུ་ཀྱི། ལམ་གཙོ་ནམ་གསུམ་ལས།

གཞན་ཡང་སྒྲིབ་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། །

སྒྲིབ་པས་མེད་མཐའ་སེལ་ཞིང་སྒྲིབ་པ་ཉིད། །

ཅེས་སྒྲིབ་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། སྒྲིབ་པས་མེད་མཐའ་
སེལ་ཞེས་གསུངས་འདུག་པས། སྒྲིབ་བས་མེད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། སྒྲིབ་
པས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བྱུང་བམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཁྱུ་ཀྱི་ན།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་སྤྱིར་དབུ་མ་པའི་འདོད་པ་ཡིན་ལ། ལྷག་
པར་དབུ་མ་པ་ཐ་སྟོད་དུ་རང་མཆོན་མི་བཞེད་པའི་ལྷ་བ་མཐར་ཐུག་དེ་



གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་གྲུང་ཐང་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པའི་བསྟོད་པ་དོན་
ལྡན་མ་ལས།

སྒྲུང་སྟོང་རིམ་པས་ཆད་ཉག་མཐའ། །

སེལ་བ་གྲུབ་མཐའ་ཀུན་འདོད་ཀྱང་། །

བརྒྱུག་སྟེ་སྤྲུལ་པ་འདི་ཁོ་ནས། །

བརྒྱུད་མའི་རྒྱན་ཀ་མཐའ་དག་བསལ། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེའི་དོན་ནི། སྒྲུང་སྟོང་རིམ་པས་ཞེས་
པས་སྒྲུང་བ་དང་སྟོང་པ་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྒྲུང་བས་ཆད་མཐའ་སེལ་
བ་དང་། སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་བ་དེ་གྲུབ་མཐའ་ཀུན་གྱི་འདོད་པ་
རེད། བྱེད་རང་གི་དྲི་བ་འདི་ཡིན།

སྒྲུང་སྟོང་རིམ་པས་ཆད་ཉག་མཐའ། །

སེལ་བ་གྲུབ་མཐའ་ཀུན་འདོད་ཀྱང་། །

བརྒྱུག་སྟེ་སྤྲུལ་བ་

ཞེས་པའི་བརྒྱུག་སྟེ་སྤྲུལ་བ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། སྒྲུང་བས་ཡོད་
མཐའ་སེལ་བ་དང་། སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་ཞིང་།

བརྒྱུག་སྟེ་སྤྲུལ་པ་འདི་ཁོ་ནས། །

བརྒྱུད་མའི་རྒྱན་ཀ་མཐའ་དག་བསལ། །



ཞེས་བརྒྱུག་ཏེ་སྤྱི་བའི་ཁོ་ནས་བརྒྱུད་མའི་རྒྱ་ཁྱིམ་ལ་བེད་
 ཅེས་གསུངས་ཡོད། འོ་ན་བརྒྱུད་མའི་རྒྱ་ཁྱིམ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱ་
 བའི་ནི་རྒྱ་ཅམ་པོ་དང་། དེ་ཡང་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་ཞེས་རྟོག་
 པས་གང་བཟོ་ཡིན་ན་ཆད་མཐར་འབྲོག་འདུག་ཅེས་པའི་སྤྱི་ན་དེ་སྤྱི་བས་
 ཡོད་གི་ཡོད། སེམས་ཅམ་པ་མན་ཆད་ལྟ་ཅི་སྤྱོད་། དབུ་མ་པའི་ནང་
 ནས་ཀྱང་སྤྱི་བ་དཔོན་ལེགས་ལྟ་འབྲེད་ལྟ་བུས་བདག་གི་མཆན་གཞིར་
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དེ་འཛོག་གི་ཡོད། ཁོ་པོ་ཅག་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་
 པ་ལ་གང་ཟག་གི་ཐ་སྣད་ཀྱི་སྤྱད་དོས་སུ་འདོགས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཆོས་
 གང་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་དགོས་ཤིང་། ཡུལ་གྱི་ངོས་
 ནས་མ་གྲུབ་ན་གཏན་མེད་ཆགས་པ་ཟེད་ཅེས་གསུང་གི་ཡོད།

དེས་ན་རྒྱ་ཁྱིམ་མའི་ཕྱི་ལ་སྤྱི་བའི་ཕྱི་ལ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོད་
 པ་དེ་སྤྱི་བའི་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་ཁྱིམ་ཡོད་མཐའ་སེལ་པའི་སྤྱད་ཆ་ཤོད་
 སའི་བསམ་མཛོ་གཏོང་ས་མཐར་ཐུག་ནི་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ང་
 ཆོར་རྒྱ་ཁྱིམ་གྱི་འདུག་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་བདེ་སྤྱི་བའི་ཆོར་བ་ཞིག་
 ང་ཆོས་མཛོ་གཏོང་གི་འདུག་ཅིང་། དེ་ནི་ཡོད་པའི་ཡོད་ཆད་དེ་ཟེད། དེ་མེད་
 ཅེས་བརྒྱུད་ན་གཏན་དུ་ཐལ་འབྲོག་གི་ཡོད་ཅེས་གོ་བ་འདིར་སྤྱི་བས་པ་ཡིན།
 བརྒྱུད་མའི་རྒྱ་ཁྱིམ་ཞེས་པ་ནི་འདི་ཡིན།



ངེས་པས་ན་སྒྲུང་ཙམ་ཉིད་ནས་དེ་ནི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཡིན་སྟེ་མ་པའི་ངེས་
པ་དྲངས་ཡོང་གི་ཡོད།

ཅུ་པའི་ཚིག་བཅད་དེ་མོ་ལ་དམ་གྱི་མི་འདུག་ཀྱང་། མཁས་གྲུབ་
 རྣམ་བཟང་རྒྱ་མཚོས། ཟླ་བ་གཉིས་སྤང་གི་དབང་པོའི་མེས་པ་ལ། ཟླ་
 བ་གཉིས་སྤང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཟླ་བ་གཉིས་མེད་པ་སྤར་ནས་ངེས་ཟིན་
 སྟབས། ཟླ་བ་གཉིས་མེད་པར་ངེས་ཟིན་པའི་མི་དེར་ཟླ་བ་གཉིས་སྤང་
 གྲུབས་སྤང་བ་ཁོ་ནས་སྤང་བ་སྤར་དུ་གྲུབ་མེད་པ་ཞིག་མཐོང་ཡོང་གི་རེད་
 ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེས་ན། སྤང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་ཡོང་གི་ཡོད།
 དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྤང་གྲུབས། སྤང་བ་སྤར་དུ་གྲུབ་པ་མེད་
 བསམ་པ་ཞིག་ངེས་པ་དངས་ཡོང་གྲུབས་སྤང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་ཡིན།

སྟོང་ཞེས་པ་ནི། རྟན་ཕྱེད་པའི་སྟོང་པ་མིན་ཏེ། དེ་ནི་ཙོན་
ཟེ་མ་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པའི་སྟེ་ལ་མར་བསྟོད་པ་ལས།

སྒྲོང་པ་ཞེས་བྱ་དོན་བྱེད་པས།

སྒྲོང་པའི་དོན་མིན་བདེན་པས་ཏེ། །

རྟེན་འབྲུང་གྱི་ལས་རང་བཞིན་གྱིས། །

འབྲུང་བའི་དོན་མིན་གྱི་མའི་ཚུལ། །

ཞེས་སྟོང་པ་ཞེས་པ་ནི་དོན་བྱེད་པའི་སྟོང་པའི་དོན་མིན་ཞིང་།



སྟོང་པ་ཞེས་པ་ནི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་འི་དོན་ཡིན། རོ་བོ་
 ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་དེ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པས། རོ་བོ་ཉིད་
 ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་རེད། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་དེ་སྟོང་
 པ་འི་དོན་ཡིན་པ་ལས། དོན་བྱེད་ནུས་སྟོང་གི་དོན་མིན་ཞེས་གསུངས་
 ཡོད། དེས་ན་སྟོང་སྟོང་གཉིས་སྟོར་མོ་གཅིག་གི་རོས་གཉིས་ལྟར་ཕྱོགས་
 གཅིག་ནས་བལྟས་ན་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་འཕམ་སྐྱང་བ་རྟེན་འབྲེལ་
 མི་བསྐྱུ་བ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ནས་བལྟ་སྐབས་སྐྱང་བ་རྟེན་འབྲེལ་མི་
 བསྐྱུ་བ་ཡིན་པ་ཁོ་ནས་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་ཡིན། དེས་ན་སྟོང་
 པ་ཞེས་པ་དེ་དོན་བྱེད་པ་འི་སྟོང་པ་འི་དོན་མིན་ཞིང་། སྟོང་པ་ཞེས་དེ་རོ་
 བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་རེད་ཅེས་གསུངས།

དེས་ན་སྟོང་པ་འི་དོན་སྒོ་རོར་གར་སྐབས་ཐད་ཀར་སྟོང་པ་འི་དོན་
 རོས་པ་འི་སྒོ་དེའི་རོས་རོ་ལ་དགག་བྱ་བ་ཀག་ཅམ་ཞིག་ལས་ཆོས་གཞན་
 འཕེན་གྱི་མེད། གང་ལགས་ཤེ་ན། དེ་ནི་མེད་དགག་རེད། ཡང་མེད་
 དགག་ཅེས་ལམ་ལུགས་ཤིག་གཏན་འཁེལ་ནས་བཤད་པ་མིན་པར་སྒྲོའི་
 འཆར་ཚུལ་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། མོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར་
 བསྐྱུས་གྱུར་ནང་དུ་དགག་པ་དང་སྐྱུབ་པ་ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་དུ་ཡོད། དཔེར་
 གན་ ཆོགས་ཁང་འདིའི་ནང་དུ་སྒྲང་ཆེན་མེད་པ་དེ་གྲུབ་ཡོད་པ་ཡིན། སྒྲང་



ཆེན་ཡོད་པ་དེ་མེད་པ་ཡིན་སྟབས། གླང་ཆེན་མེད་པ་དེ་ཡོད་པ་རེད། གླང་
ཆེན་མེད་པ་སྟོགས་སྐྱུ་ཡོད། གླང་ཆེན་མི་འདུག་པས་མ་སྟེ་ངེས་པའི་སྒོ་
དེ་ཆད་མ་ཡིན་ཞིང་། སྒོ་དེས་གཞལ་པའི་ཡུལ་དེ་གླང་ཆེན་མེད་པ་ཡིན།
གླང་ཆེན་མེད་པ་དེ་སྒོ་སྟོགས་སྐྱུ་ཡོད་སྟབས་ཡོད་པ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་སྒྲུང་ཆེན་མེད་པ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། དགག་བྱ་སྒྲུང་
 ཆེན་དེ་བཀག་ཅམ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་འཛོལ་བྱ་ལས། དེ་ལས་གཞན་པའི་
 སྒྲུང་ཆེན་མེད་པའི་སློ་ལ་རྣམ་པ་གཞན་གང་ཡང་ཤར་བྱ་མེད། དགག་
 བྱ་སྒྲུང་ཆེན་བཀག་ཅམ་ཞིག་ལས་མེད། དཔེ་ཆ་བཞག་ན། སྒྲུང་ཆེན་
 མི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ན་མེད་དགག་ཡིན་ཞིང་། སྒྲུང་ཆེན་མི་འདུག་སྟེ་
 ཞེས་བརྗོད་ན་མ་ཡིན་དགག་སྟེ་བས་ཀྱི་ཡོད། སྒྲུང་ཆེན་མེད་ཀྱང་གཞན་
 ཞིག་ཡོད་པ་དེ་སློ་ལ་སྟེ་བས་ཀྱི་ཡོད། སྒྲུང་ཆེན་མེད་ཅེས་དང་སྒྲུང་ཆེན་
 མི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ན་མེད་དགག་ཡིན། དགག་བྱ་སྒྲུང་ཆེན་བཀག་ཅམ་
 ལས་ཆོས་གཞན་འཕེན་གྱི་མེད། སྒྲུང་ཆེན་མི་འདུག་སྟེ་ཞེས་བརྗོད་ན།
 དགག་བྱ་སྒྲུང་ཆེན་དེ་ཉིད་བཀག་ནས་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བསྟན་གྱི་ཡོད།
 དེ་ནི་མ་ཡིན་དགག་ཅེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་དག་ནི་སློ་ལ་འཆར་སྤངས་ཀྱི་
 ཐོག་ནས་བཤད་ཡོང་གི་ཡོད།

དེས་ན། རང་བཞིན་སྟོང་པ་རེད་བསམ་པ་དེ་གི་ཐག་ཚིང་ནས་



ཆོག་གི་དོན་མིན་པར། གློ་ཡིས་བསམ་གློ་བཏང་ནས་བརྟག་དོན་བཅུ་
ནས་རྟེན་རྒྱ་མེད་པ་ཆགས་སྐབས།

ཕུང་ནི་ཕུང་པོ་ལས་གཞན་མིན། །

དེ་ལ་དེ་མེད་དེར་དེ་མེད། །

གཞུང་ཆོག་ཏུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ཚུར་རང་
ལ་སྒྱར་ན་ཡག་པོ་ཡོད། དེས་ན།

བདག་ཅེས་བྱ་བ་ཕུང་ཅུན་མིན། །

བདག་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡིན། །

ཞེས་པ་དེར་བསམ་གློ་ཞིག་བཏང་ན། དེའི་རྗེས་སུ་གང་ཡང་
མི་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་གློ་ར་གར་གྱི་ཡོད། གློ་དེའི་ངེས་འོ་དགག་བྱ་
བཞག་ཅམ་དེ་ཡིན་ན་ཡང་དེའི་རྗེས་སུ་གོ་བ་གང་ཞིག་སྒྲེབས་སམ་ཞེ་ན།
བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་ལས་མེད་པ་དང་། འོ་པོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པས་
སྟོང་པ་ཡིན་སྐབས་རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་ལ་རག་ལས་པ་དང་། རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་
གྱིས་བྱས་པའི་བྱེད་པ་འདུག་གི་ཡོད་པ་ཞིག་གློ་ལ་ཚུར་ངེས་པ་དང་སྟོང་
གི་ཡོད་པས་སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་བ་ཡིན། དེས་ན་རྗེ་བདག་ཉིད་
ཆེན་པོས། ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་ལས།

གཞན་ཡང་སྒྲུང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། །



ཞེས་པས་སྤང་ཅམ་ཞིག་ལས་མེད་བསམ་པ་ཞིག་སྒོ་ལ་འཆར་
 སྐབས། སྤང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་པ་
 ཡིན་པས་ན། གཞན་ལ་བརྟོས་པ་དེ་གིན་དུ་འཐད་པ་རེད། དེས་ན་རྒྱ་
 འབྲས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ལོས་ལྡན་སྤང་པ་ཞིག་སྒོ་ལ་འཆར་སྐབས། སྤྱོད་པས་
 མེད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། དེར་བརྟེན་སྤྱོད་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་དུ་གར་
 ན་སྤང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། སྤྱོད་པས་མེད་མཐའ་སེལ་བ་དེ་
 ཡོང་གི་ཡོད། སྤྱོད་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་དུ་འཆར་མ་བྱུང་པར་སྤྱོད་པ་
 ཞེས་པ་དེ་བཅའ་ནས་མ་རྟོག་པའི་ཐོག་ལ་བསམ་སྒོ་བྟང་ན་ཉེན་ཁ་དེ་
 སྤྱི་བས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་ལས།

སྤང་བ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་དང་། །

སྤྱོད་པ་ཁས་ལེན་བྱལ་བའི་གོ་བ་གཉིས། །

ཇི་སྲིད་སོ་སོར་སྤང་བ་དེ་སྲིད་དུ། །

ད་དུང་བྱུང་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མེད། །

ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་པ་རེད།
 གང་ལགས་ཤེ་ན། བརྟག་དོན་བཅའ་ནས་རྟོག་རྒྱུ་མི་འདུག་ཅེས་སྤྱོད་
 པ་ལ་ངེས་པ་འདྲན་ཁུལ་བྱས་ཤིང་། སྤྱོད་པ་ལ་ངེས་པ་འདྲན་པའི་སྒོ་
 དེས་རྟེན་འབྲུང་རྒྱུར་ངེས་པ་རྟོག་བྱུང་གི་མེད། རྟེན་འབྲུང་གིས་རྒྱུ་འབྲས་



རྒྱ་ལ་བརྟོས་མི་དགོས་ཤིང་། འདི་ལྟར་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ནམ་གཞག་དེ་འབྲས་
 བུ་རྒྱ་ལ་བརྟོས་པའི་རྟེན་འབྲུང་དེ་འཇིག་རྟེན་བོ་དཔེ་མི་འདོད་ཅིང་། རྒྱང་
 འཕེན་པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མེད་ལས་སྒྲེ་བ་དང་། རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སྒྲེ་
 བུ་དང་། སྒྲི་གཙོ་བོས་སྒྲེས་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པའི་ལུགས་དེ་དག་པར་
 བཞག་པའི་ལུགས་གཞན་པ་ལ་མོ་ཆེས་དོན་གྱིས་རྟེན་འབྲུང་ཁས་ཁྲུངས་
 པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ངི་སྲིད་རྟག་གཅིག་རང་དབང་པའི་
 བདག་ཁས་ཁྲུངས་པ་དེ་སྲིད་དུ་རྟེན་འབྲུང་གི་གོ་བ་ཆ་ཆང་ཁས་ཁྲུངས་ཐུབ་
 ཀྱི་མེད། དེས་ན་རྟེན་འབྲུང་ཞེས་པ་དེ་ནང་པའི་བྱད་ཆོས་ཆགས་ཡོད།

ངེན་གྱི་གཞུང་ནས་རྒྱ་འབྲས་བཤད་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱ་འབྲས་ཡོངས་
 སྲོད་པ་པོའི་བདག་སྟེ། རྟག་གཅིག་རང་དབང་པའི་བདག་འདོད་པ་ཡིན།
 རྒྱ་འབྲས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ཡིན་ན་ཡང་། རྒྱ་འབྲས་བྱེད་
 པ་པོ་དང་། ཡོངས་སྲོད་པ་པོ་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་མིན་པར་
 དེ་ནི་རྟག་གཅིག་རང་དབང་པའི་བདག་ཡིན། དེས་ན་རྟེན་འབྲུང་གི་གོ་
 བ་ཆ་ཆང་སྟེ་བས་ཐུབ་ཀྱི་མེད།

སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྲེལ་བ་ཆང་མས་རྟེན་འབྲུང་ཁས་ལེན་
 ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་འབྲས་བུ་རྒྱ་ལ་བརྟོས་པ་དང་། འབྲས་བུ་རྒྱ་ལས་སྒྲེས་
 པ་འདོད་ཀྱི་ཡོད། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་གི་གོ་དོན་སྟེ་བས་



སྐབས། འབྲས་བུ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་པ་ཙམ་མ་ཟད་རྒྱ་ཡང་འབྲས་བུར་བརྟེན་
 པ་ཡིན། རྒྱ་དེ་ཉིད་རང་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ན། རང་འབྲས་སམ་འབྲས་བུ་
 ཡིན་ཞིང་། རང་འབྲས་ལ་བརྟེན་ན་རྒྱ་ཡིན། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་
 པ་ནི་གཞན་ཞིག་གིས་དབང་ལས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་འཛོག་རྒྱ་ལས།
 དངོས་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་རྒྱ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་དང་། འབྲས་བུ་
 དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་འབྲས་བུ་ལ་བརྟེན་པ་
 ལས་རྒྱ་རང་ངོས་ནས་སྐྱུ་བ་མི་བྱུ་དེས་ན་རྒྱ་འབྲས་ཕན་ཚུན་བརྟེན་པའི་
 སྒོ་ནས་འཛོག་རྒྱ་འདི་འཛོག་ཏུ་འགྲོ་སྐབས། ལམ་གཙུག་ནས་གསུམ་ལས།

ནམ་ཞིག་རེས་འཛོག་མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། །

དེ་ན་འབྲེལ་མི་བསྐྱུར་མཐོང་བ་ཙམ་ཉིད་ནས། །

ཞེས་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱུར་བ་མེད་པ་ཞིག་མཐོང་སྐབས། དེ་ནི་ཕན་
 ཚུན་བརྟེན་པའི་རང་བཞིན་ལ་མ་གཏོགས་ཡོང་ཤེས་ཀྱི་མ་རེད་ཅེས་དང་།
 རྒྱ་འབྲས་མི་བསྐྱུར་བ་མཐོང་སྐབས་རྒྱ་འབྲས་ཕན་ཚུན་བརྟེན་ནས་ཡོང་བ་
 ཤེས་པ་དང་། ཕན་ཚུན་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཤེས་སྐབས་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་
 ལ་བརྟེན་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་ཤེས་པ་དང་། དེ་ལྟར་ཤེས་སྐབས་བརྟེན་
 མེད་རང་དབང་གིས་མ་གྲུབ་པ་དེ་ཤེས་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན།

ནམ་ཞིག་རེས་འཛོག་མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། །



རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱུར་མཁོང་བ་ཅམ་ནིད་ནས།

ངེས་ཤེས་ཡུལ་གྱི་འཛིན་སྐྱབས་ཀྱི་འཛིན་པ། །

དེ་ཆེ་ལྟ་བུའི་དབྱུང་པ་རྫོགས་པ་ལགས། །

གཞན་ཡང་སྒྲུང་བས་ཡོད་མཐུན་སེལ་བ་དང་།

སྒྲིང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་གྱིང་སྒྲིང་པ་ཉིད། །

ཆུ་དང་འབྲས་བུར་འཆར་བའི་ཚུལ་གྱིས་ན། །

མཐར་འཛིན་ལྟ་བུ་ལས་འཕྲོག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། འདི་ཚོའི་གསལ་ལ་བསམ་སྒོ་ཡུན་རིང་པོ་
 བཞིང་དགོས་པ་ཡིན། བསམ་སྒོ་ཡུན་རིང་བཟང་བ་དང་། དེའི་ཚོག་
 ཅས་དཔྱད་པ་བྱས། དཔེ་ཆ་བཙུང་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དཔེ་ཆ་བཙུས་
 པ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་ལ་བསྒོར་ནས་དཔྱད་པ་བྱས་ཏེ་དེ་གཉིས་
 བཙུར་ནས་འགོ་དགོས་པ་དང་། དེའི་ཚོག་ལ་ཚོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྒྲོང་
 གུང་དགོས་པ་ཡིན། ཁྱེད་རང་གི་ཕྱི་བ་འདི་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་རེད།



དགེ་སློང་མའི་སྡོམ་རྒྱུན་སྒྲིལ།

དེ་ལ། ཐོག་མར་མགོན་པོ་གང་ཉིད་ལ་གུས་ཐུག་སྡོམ་དུ་བཏང་
 བའི་ཐོག་ནས་གུས་པས་བཀའ་འདི་ཞུ་རྒྱུ་ནི་འདུལ་བ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་
 པ་ཞིག་ཡིན། ང་ཆོ་བོད་ལ་དགེ་སློང་མ་ལས་དགེ་སློང་མ་མེད་པ་ལྟ་བུ་
 ཞིག་མཐོང་གི་འདུག དེས་ན་དགེ་སློང་མའི་སྡོམ་རྒྱུན་དེ་ཅ་བ་ནས་མེད་
 པ་ཞིག་མེད་དམ། ཡང་ན་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་ཀྱིས་དེ་ངོས་འཛིན་མ་བྱས་
 པ་ཞིག་མེད་དམ། དགེ་སློང་མའི་སྡོམ་རྒྱུན་མེད་ན་ང་རང་གི་ངོས་ནས་
 འགྲོ་བ་མའི་ཐོབ་ཐང་དང་མ་མཐུན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མཐོང་གི་འདུག་པས་ངེ་
 ལྟར་ཡིན་ནམ།

བཀའ་ལན། ངོས་ནས་གོང་དུ་བཞིན་པ་ལྟར། འདུལ་བ་ལས་
 དགེ་སློང་མའི་སྡོམ་པ་ནི། བཅོམ་ཞུན་འདས་ཉིད་ཀྱིས་དཔུང་པ་གནང་
 རྟེ་འདུལ་བའི་གཞུང་གི་འགྲོ་སྤངས་ཤིག་གསུངས་ཡོད། གཞུང་དེ་གཞིར་
 བཞག་གིས་འགྲོ་རྒྱུ་ལས། ང་ཆོར་དེ་ལ་བསྐྱུར་བཅོས་གཏང་རྒྱུ་འདི་དབང་
 ཆ་དང་ཐོབ་ཐང་མེད། དཔེར་ན། ཇོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་གས། བེ་



ཀ་མ་ལ་ཕྱི་ལོ་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ནང་དུ་སློབ་པའི་བྱ་བ་གལ་ཆེན་ཞིག་
 བྱང་ན། སྤྱིར་སྡེ་སློང་གསུམ་དང་འགལ་མི་འགལ་དང་། ཡང་སློབ་
 བྱང་སེམས་འདུལ་བའི་གཞུང་དང་འགལ་མིན་བཅས་དགོན་པའི་བྱ་བ་ཞག་
 ཐམས་ཅད་འདུལ་བའི་འགྲོ་སྤངས་ཅུ་བར་བཞག་ནས་བྱེད་ཀྱི་རེད་ཅེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་འདུལ་བའི་གཞུང་དེ་གལ་འགངས་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཆགས་
 ཡོད། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བརྟན་པ་གནས་དང་མ་གནས་དང་། སངས་རྒྱུ་
 ཀྱི་བརྟན་པ་ཡོད་མེད་དེ་ཡང་འདུལ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་གསུམ་གྱི་
 བརྟན་པ་ཡོད་མེད་ལ་བྱུག་ཡོད།

འདུལ་བའི་སློམ་རྒྱན་ནི། ངས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་མ་གུས་
 མིན་པར་ནང་ཆགས་ཀྱིས་ཁྱུས་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཞལ་བཞུགས་སྐབས་
 རྒྱུར་ཤོག་ཅེས་བརྗོད་པ་དང་དགེ་སློང་གི་སློམ་པ་ཐོབ་ཀྱི་ཡོད། དེ་བས་
 བརྟན་ནས་ཀྱང་དགེ་སློང་གི་སློམ་པ་ཐོབ་བྱུབ་པ་ཡོང་གི་ཡོད། བཅོམ་
 ལྡན་རང་ཉིད་མཉེས་པོ་བྱང་ན་དགེ་སློང་གི་སློམ་པ་ཐོབ་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་
 བས་བརྟན་པ་དང་། རྒྱུར་ཤོག་གིས་བརྟན་པར་རྗོགས་པ་སོགས་རིགས་
 མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། ཕྱིས་སུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསོལ་བཞིན་
 ལས་ཀྱི་སློན་ནས་བརྟན་པར་རྗོགས་པ་དང་། དེ་ཡང་མི་གཅིག་གིས་ཡོང་
 མི་བྱུབ་པར་མཁན་པོ་དང་། སློབ་དཔོན། གྲོགས་དན་པ་སོགས་ཡུལ་



དབུས་ཡིན་ན་མི་བརྒྱ་ལས་མི་ཉུང་བ་དང་། ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་ཡིན་ན་
གངས་ལྗེ་ལས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་དཔོན་མིང་། དེ་དག་ཚང་པེས་བྱུང་ན་ལས་
ཀྱི་ཐོག་ནས་བརྒྱབ་ས་དེ་བརྟེན་པར་རྫོགས་དཔོན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་
ལྟར་དགེ་སློང་པ་རྒྱབ་སྐྱབས་པ་བྱུང་བས་བརྒྱབ་བྱུང་། དགེ་སློང་མ་
རྒྱབ་སྐྱབས་མ་ཁན་པོ་དེ་དགེ་སློང་མ་དཔོན་མིང་། དེས་ན་མ་ཁན་པོ་དགེ་
སློང་མས་བྱེད་པ་དང་། ལས་སློབ་དགེ་སློང་པ་དང་། ཁ་སློང་དགེ་སློང་
བརྒྱ་ཆོག་ས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་དགེ་སློང་པ་ལྟ་དང་དགེ་སློང་མ་ལྟ་བཙས་
དཔོན་པ་འདུལ་བའི་གཞུང་དུ་གསུངས་ཡོད། ར་ཆོ་བོད་དུ་ཡོད་པའི་
འདུལ་བའི་རྫོམ་རྒྱན་ནི་མགོན་པོ་རྒྱ་རྒྱབ་ནས་བརྒྱད་པའི་འདུལ་བའི་རྫོམ་
རྒྱན་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་སྡེ་པ་བཞི་ར་སྡེ་པའི་ནང་གི་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་
པར་རྒྱ་པའི་སྡེ་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

[illegible]



ནང་པ་མི་གངས་ཉི་ཤུ་ཙ་གངས་ཡོད་པའི་ཆོག་ས་པ་ཞིག་འདུག་ཅིང་། དེའི་
 དབུ་འབྲིད་མཁན་ནི་ཤུ་རི་ལྷན་ནས་ཡིན་ཞེས་པའི་དགེ་སློང་སེར་པོ་ཞིག་
 འདུག་ ཁོ་རང་གི་རོགས་པ་དེ་དགེ་སློང་མ་ཡིན་ཞེས་གྲོན་གོས་སྡོད་ཀྱང་
 དང་ནག་པོ་འདྲེས་མ་གྲོན་པ་ལེ་གྱའི་ཨ་ནི་ལྷ་བུ་ཞིག་འདུག་ མགོ་ལ་འང་
 ལེ་གྱའི་ཨ་ནི་དག་གིས་གྲོན་རྒྱ་དེ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་གྲོན་འདུག་
 རོས་ནས་རབ་བྱུང་པོ་མོ་ལ་གོས་དཀར་པོ་དང་ནག་པོ་ཙ་བ་ནས་གྲོན་མི་
 ཆོག་པར་འདུལ་བའི་གཞུང་ནས་གོས་དུར་སྒྲིག་དང་། ཡང་ན་སྡོན་པོ་
 ལས་དཀར་ནག་གཉིས་གྲོན་མི་ཆོག་པར་གསུངས་ཡོད་ཅེས་བཤོད་རྒྱ་བྱུང་།
 ཁོང་དགེ་སློང་མ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་ཁོ་རང་གིས་དགེ་སློང་མ་སྐྱུ་བ་
 པ་ཡིན་ཞེས་བཤོད་ཀྱི་འདུག་ དེ་ནི་ཆོད་ཆོད་མིན་ནམ་སྙམ་སྟེ་ང་དོགས་
 པ་ཟ་བྱུང་། དེ་ནི་སོ་སོ་སོ་སའི་ཆོད་བསྐྱར་ཡིན་པ་ལས། ངས་བྱུར་ཟ་
 བྱས་པ་མིན། དེ་ནི་བརྒྱགས་བཤེན་ལྷ་བསང་ལས།

མཐུ་སྟོབས་རྩུ་འཕུལ་སོ་སོར་ཆེ་

དཔལ་དང་འབྱོར་པ་སོ་སོར་ཆེ་

མཛད་པ་འབྲིན་ལས་སོ་སོར་ཆེ་

མངའ་རིས་མངའ་ཐང་སོ་སོར་ཕྱེ་

མཆོད་པའི་འོས་སུ་སོ་སོར་ཆེ་



ཞེས་པ་ལྟར་སོ་སོ་ཡིན་པ་ལས་དེ་ལ་ང་ཆོས་རྒྱུ་གཏོགས་བྱ་བྱ་
གང་ཡང་ལྟག་མེད། དེ་ནི་ཁོ་རང་གིས་ཐག་བཅད་པ་རེད་ང་ལ་རྒྱུ་
གཏོགས་གང་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་འདྲུལ་བ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་
ན་དེ་ནི་ཁྱད་མཆོར་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དགེ་སློང་མ་ཡིན་ཞེས་སྤྱུ་པའི་བཟོ་
དབྱེ་བས་དེ་ཡང་ཁ་འཇར་དང་སྤྱུ་འཇར་ཅན། ཆོས་གཞི་ཡང་དཀར་ནག་
ཡིན་སྟབས་མི་བདེ་བ་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་རྒྱ་ནག་ལུགས་ཀྱི་དགེ་སློང་
མའི་སྡོམ་རྒྱན་དེ་དག་ནམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཡོད་མེད་ཅི་ལྟར་ཡིན་ཞིབ་
འཇུག་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་རེད་འདྲུག

ཐིམ་ཅི་ནམ་གྱི་དགེ་སློང་འོ་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོང་གིས་བཟོ་
གསལ་ལ། ཐིམ་ཅི་ནམ་དུ་ཡོད་པའི་དགེ་སློང་མའི་སྡོམ་རྒྱན་དེ་ནི་སྡོམ་
རྒྱན་ནམ་པར་དག་པ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་འདྲུག དེ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་བྱ་
བྱུང་མེད། དགེ་སློང་མའི་སྡོམ་པ་འཕྲོག་སྤངས་ཅི་ལྟར་འཕྲོག་གི་ཡོད་
པ་དང་། དེ་ཡང་སྡོམ་རྒྱན་ནམ་པར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་མེད་སོགས་ཞིབ་
ཆགས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་མེད་པས་ཅི་ལྟར་ཡིན་མི་ཤེས།

བོད་ལ་ཆ་བཞག་ན། བོད་ཀྱི་འདྲུལ་བའི་སྤྱུ་ལེན་དེ་བཞིན་གཞི་
ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱུ་བའི་སྤྱུ་པ་ཞེས་པ་དེ་རེད། ང་ཆོས་འདྲུལ་བའི་
ཁྱད་སྤྱུ་བཅི་སའི་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་དེ་ཡང་ལེགས་སྤྱར་སྤྱུ་ཡོད་ཅིང་།



ལེགས་སྐྱར་སྐད་དུ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་པོད་ཡིག་དུ་བསྐྱར་བ་ཡིན། ཐེག་དམན་
པའི་ཡུལ་གྱི་ཁག་དུ་ཡོད་པའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ནམས་པལྱེ་ནང་དུ་
ཡོད་པ་ཡིན།

དེས་ན་པལྱེ་འི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་འདུལ་བའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་
མདོའི་ནང་དུ་ཐོན་བཅས་ཀྱི་ལྷུང་བ་ ༡༡༠ ཙམ་ཞིག་འདུག ད་ལྟ་ང་
ཆོའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་ལེགས་སྐྱར་གྱི་ཐོག་དུ་ཡོད་པ་དེ་དག་སྦྲང་
ལ་ཐོན་བཅས་ཀྱི་ལྷུང་བ་བྲིམས་ ༡༥༩ ཡོད། དེ་དག་ལ་ངོས་ནས་
སྐར་ཞིབ་འདུག་བྱས་སྤྱང་བ་སྟེ་ཕམ་པ་བཞི་དང་། ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ།
སྤང་ལྷུང་སྐམ་ཅུ་བཅས་གཅིག་པ་རེད། ཐེག་དམན་གྱི་གཞུང་ལ་འབའ་
ཞིག་པ་ ༧༩ འདུག་ཅིང་། ང་ཆོའི་དེའི་ནང་ ༧༠ ཐམ་པ་རེད། མ་
རེས་པ་གཉིས་དང་། སོར་བཤགས་བཞི་གཅིག་པ་ཡིན། ཉེས་བྱས་བཞི་
ལ་པལྱེ་འི་ནང་ ༥༥ ཡོད། བསྐྱམས་པས་ཐོན་བཅས་ཀྱི་ལྷུང་བ་ ༡༡༠
ཡིན། ངོས་རང་གི་བསམ་པ་ལ་ ༡༡༥ ཡོད་སྟུང་ཡང་། གྲངས་ཅིས་
ཡོང་དུས་ ༡༡༠ ལས་ལོང་གི་མི་འདུག ཁ་ཐོན་འདི་སྟོར་གཞན་
ཞིག་དང་བཀའ་མོལ་བྱང་བས་ ༡༡༥ ཡོང་གི་མི་འདུག་ཅིས་བརྗོད་
བྱུང་། ལྷག་པོ་དེར་གྲངས་ཅི་སྐབས་ ༡༡༠ ལས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་
འདུག དེ་ནས་བཅིས་ན་མེས་ཀྱི་རེད། ཅིས་སྐབས་དེར་བརྗོད་ཐུ་བྱུང་།



ལེགས་བཤད་གསེར་མེད་གི་ནང་མཆོམས་སྒྲིལ་གྲངས་འདྲེན་མཛད་པ་
དེ་དང་བསྐྱེམས་བསྐྱེན་པ་གཉིས་གྲངས་མི་འདྲ་བ་ཆགས་ཏེ་དེ་ནི་རྩེ་རིན་
པོ་ཆེས་པ་ཁྱི་ཏས་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།

ཕམ་པ་བཞི། ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ། སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུ་ཞེས་
གྲངས་ཅི་སྐབས་ ༡༡༥ ཡོང་གི་མེད། དེ་ལ་བྱུང་པར་གང་ཡང་མི་
འདུག གང་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་གྲངས་ལ་མང་ཉུང་གི་བྱུང་པར་ཡོད། དཔེར་
ན། རོས་ནས་གསལ་པོར་དུན་པ་ཞིག་ལ། ཐེག་དམན་གྱི་པ་ལྷུ་ཡི་སོ་
སོར་ཐར་པའི་མདོའི་ནང་དུ་གམ་ཐབས་རྒྱུ་པོར་བཞོ་བར་བྱའོ་ཞེས་པ་
དེ་ལས་མེད། ང་ཆོའི་ལེགས་སྒྲིལ་ནང་ཡོད་པའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོའི་
ནང་གམ་ཐབས་རྒྱུ་པོར་བཞོ་བར་བྱའོ། །ཏ་ཅང་བཅིང་བ་དང་། ཏ་
ཅང་འཛོལ་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཏ་ལའི་ལོ་མ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དང་། འབྱའི་
ཕུ་མ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དང་། སྤང་པོ་ཆེའི་སྤང་བ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་བཞོ་བར་
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་བདུན་གསུངས་ཡོད།

གམ་ཐབས་ལ་ནི་རྒྱུ་བདུན་དང་། །

སྒྲིལ་གཡོགས་ལ་ཡང་རྒྱུ་གསུམ་དང་། །

ཤིན་ཏུ་དག་པ་སོགས་ལ་ཟུ། །

ཞེས་ཉེས་བྱས་ ༡༡༦ འདི་ལྟར་སྐབས་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་



ན་ཕན་བྱ་མི་འདྲ་བ་ཡོད། ང་ཆོའི་སྒོ་བ་དཔོན་ཡོན་ཏན་འོད་ཀྱིས་མངོད་
 པའི་འདུལ་བ་མདོ་ཙུ་བ་དེ་ཡང་ལེགས་སྒྱུར་སྐད་ཐོག་དུ་ཡོད། དེས་ན་
 འདུལ་བ་མདོ་ཙུ་བ་དང་། དེའི་ཁྲུངས་འདུལ་བ་ལུང་སྡེ་བཞིར་གདུགས་
 ཡོང་སྐབས། འདུལ་བ་ལུང་སྡེ་བཞི་སྒྱུ་ཡོངས་ཆིག་གི་གོ་བ་ལེན་སྐད་ས་
 དེ་དགེ་སྒོང་མ་སྒྱུབ་སྐབས་མཁན་མོ་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། སྒྱུར་
 བཏང་འདུལ་བའི་གཞུང་དུ་དམིགས་བསལ་གསུང་བྱ་ཡོད། འདུལ་བ་
 འཛིན་པ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དགེ་སྒོང་ཕས་མཁན་པོ་བྱས་ན་འགྲིགས་ཀྱི་ཡོད་
 པ་ལྟ་བུ་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་དང་། སལ་མོ་ཆེས་དེས་མི་འགྲིགས་པར་
 དེས་པར་དུ་མཁན་མོ་དགོས་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་དགེ་སྒོང་མའི་
 སྡོམ་རྒྱན་སྒྲར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་འོན་ཏེ་ཆོས་རིག་ལས་ཁྲུངས་ནས་སལ་ཆེར་
 འདས་པའི་ལོ་སྤུམ་རུ་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་རེད། དགེ་སྒོང་
 མའི་སྡོམ་རྒྱན་སྒྲར་གསོ་བྱ་རྒྱུ་འོན་ཏེ་འདུལ་འཛིན་པའི་ཆོགས་ཆེན་
 ཐེངས་བཞི་ལྟ་ཅམ་འཆོགས་པ་དང་། ཆོགས་ཆེན་གཅིག་ནིར་སྒྲིང་དུ་
 ཆོགས་ཤིང་སྐབས་དེར་བྱ་ལི་མཁན་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། དེ་ནི་ང་ཆོས་
 ཐག་གཅོད་བྱུང་བའི་ཙུ་བ་ནས་མེད། དེ་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་འདུལ་
 བའི་གཞུང་ནང་གསུངས་པ་ལྟར་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་ཐོག་ནས་ཞིབ་འཇུག་
 བྱས་ཏེ་མང་མོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐག་གཅོད་བྱ་རྒྱུ་ལས་བྱ་བའི་གཞན་མེད།

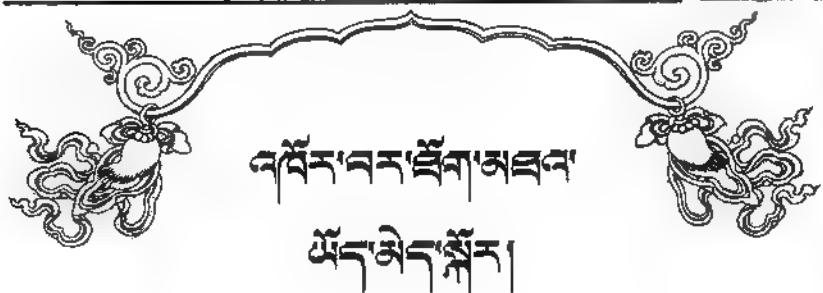


དེ་མིན་རབ་བྱུང་མ་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱས་པ་དང་། ཐོབ་ཐང་གི་
 ཐོག་ནས་མ་འགྲིག་ས་པ་ཏན་ཏན་རེད། དེར་བརྟེན་ང་ཚོས་བྱུང་པ་དེ་ནི་
 གོང་དུ་བཅོལ་པ་ལྟར་དགེ་བཤེས་མ་བཞག་དགོས་ཤིང་། དགེ་བཤེས་
 མ་བཞག་རྒྱུ་འོ་ཐོབ་ཐང་གཅིག་པ་དང་། སློབ་གཉེར་བྱ་རྒྱུ་འོ་ཐོབ་ཐང་
 ཡང་གཅིག་པ་རེད། དེས་ན་བཙུན་དགོན་རྣམས་ཀྱིས་ངེས་པར་གཞུང་
 ཆེན་ཁག་ལ་ཐོས་བསམ་སློབ་གཉེར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་ཐོག་མར་
 བཙུན་དགོན་དགེ་ལུན་ཆོས་སྒྲིང་དུ་མཇུག་སྒྲོ་འཆོག་ས་པ་དང་། སྐབས་
 དེར་ང་རང་ཡང་ཕྱིན་ཏེ་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་དབུ་ནས་བཤད་པ་ཕྱན་བྱུ་
 བྱས་ཏེ་མཆོན་ཉིད་འགོ་འདྲུགས་ཀྱི་ཐོག་མར་རྟེན་འབྲེལ་འདི་ལྟར་བྱས་
 པ་རེད། དེ་ནས་ཡལ་ཆེར་ལོ་ངོ་བཞི་བཅུ་ཙམ་ཕྱིན་ཡོད།

སྐབས་ཤིག་ང་ཚོ་གོ་བསྐྱར་བྱུང་བཞིག་ལ། དགེ་བཤེས་མ་ཐོན་
 དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བཅོལ་སྐབས། ཡང་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དགེ་བཤེས་མ་
 ཡོང་གི་མ་རེད་བཅོལ་ཅིང་། སྐབས་དེར་ངོས་ནས་བཅོལ་པ་ལ། བཅོམ་
 ལུན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱིས་དགེ་སློང་ཕ་དང་དགེ་སློང་མ་གནང་འདུག དེས་
 ན་དགེ་བཤེས་ཕ་དང་དགེ་བཤེས་མ་ཏན་ཏན་ཡོང་ཆོག་པ་ཡིན་ཞེས་བཅོལ་
 རྒྱ་བྱུང་། དེས་ན་ང་ཚོ་ཐོབ་ཐང་གཅིག་པ་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་དགོས་པ་ལྟར་།
 གཞུང་ཆེན་ངེས་པར་བཞུ་དགོས་པ་དང་། དེ་རྗེས་དགེ་བཤེས་མ་བཞག་



དགོས་པ་ཡིན། དགེ་བཤེས་མའི་རྒྱགས་སྟོང་བྱས་ནས་མཐའ་མའི་ལག་
 ཁྱེར་སྟོང་ཕྱྱགས་སོགས་ཞིབ་ཏུ་གཏན་འཁེལ་བྱང་ཡང་། ད་ཆ་དགེ་བཤེས་
 མའི་དམ་བཅའ་བཞག་རྒྱུ་འཛམས་སུ་སླེབས་པ་ལྟ་བུ་མཐོང་། བཙུན་
 མའི་ནང་ནས་མཆན་ཉིད་ལྟ་མཁན་དྲ་ཅང་ཡག་པོ་འདུག



དེ་བ། ལགོང་ས་མཆོག་ལ་ཐད་ཀར་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།
སྐབས་ཐོབ་པར་ང་རང་ད་ཅང་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཡིན་བསམ་གྱི་འདུག དེས་
ན་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ང་ཚོའི་སློབ་གྲ་ཁག་དུ་ནང་ཆོས་
ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་སྦྱོང་སྐབས། འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་ཅིང་། མཐའ་
མའི་མཐའ་ཡོད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་
ན་འཁོར་བའི་མཐའ་མ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ངའི་བསམ་
པར་ང་ཚོ་སེམས་ཅན་ལ་གངས་མེད་སྐབས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་
པ་ལ་དུས་ཚོད་དེས་ཅན་ཡོད་དམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་རྩལ་གཏོགས་མེད་པའི་རྩལ་གཏོགས་ཟེར་
བ་དེ་རེད། གང་ལྟར་ཕལ་ཆེར་གསེར་སྤངས་གཉིས་པའི་ནང་དུ་
འཁོར་བར་མཐའ་མའི་མཐའ་མེད་ཅིས་གསུངས་ཡོད། སྤྱིར་སེམས་
ཅན་གྱི་བྲག་པ་རེ་རེའི་འཁོར་བར་མཐའ་ཡོད་ལ། སེམས་ཅན་ཐམས་



ཅད་ཅེས་བཞིན་ན། སེམས་ཅན་ནི་མཐའ་ཡས་པ་ཡིན་སྟབས་དེ་ལ་འཁོར་
 བའི་མཐའ་འཛིག་མི་ཐུབ་ཅེས་གསུངས་ཡིད། སྤྱིར་བཏང་འཁོར་བར་
 མཐའ་ཡོད་ཅེས་གསུང་མཁན་གཅིག་དང་། འཁོར་བར་མཐའ་མེད་ཅེས་
 གསུང་མཁན་བཅས་ཁས་ལེན་གྱི་རྒྱན་གཉིས་ཡིད། དེ་ལ་ང་ཚོར་རྩལ་
 གཏོགས་དེ་ཅི་མེད། སྤྱིར་བཏང་འཁོར་བར་མཐའ་ཡོད་མེད་གང་ལྟར་
 ཡང་། རང་ཉིད་འཁོར་བའི་མཐའ་ཟིན་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན་འགྲིགས་པ་
 ཡིན། དེས་ན་ངས་གོང་དུ་ཅེད་མོ་ཅེས་པ་ལྟར། རྩལ་གཏོགས་མེད་
 བའི་རྩལ་གཏོགས་རེད་ཅེས་བཞིན་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེ་ལ་ད་དུང་རྟགས་
 གསལ་བཏང་ན་སྒྲིང་པོ་གང་ཡང་མེད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་
 རྒྱས་པའི་གནས་སྟབས་སུ་ཡོངས་སུ་ངེས་པ་ལྟ་ལྟོན་ཡིན་ནམ་མིན་ཞེས་
 པ་ལྟ་བུ་སྒྲིང་པོ་གཏན་ནས་མེད་པའི་རྟགས་གསལ་གྱི་སྐད་ཆ་ཞིག་རེད།
 རྟགས་གསལ་ཐབས་པོ་གཏོང་བྱ་མེད་སྟབས། དེ་ལྟ་བུ་བཏང་ནས་བཟུང་
 པ་རེད། དེ་ལ་སྒྲིང་པོ་གང་ཡང་མེད།

སྤྱིར་བཏང་གྱི་དམ་བཅའ་ཞིག་ལ་མི་གཅིག་གིས་རྟགས་གསལ་
 བཏང་ཞིང་། ཐ་མ་རྒྱུད་པ་གྲ་ཆང་ལ་དགེ་འདུན་ཞལ་གངས་ལྟ་བུ་ཅི་མ་
 ཡོད་པ་དེ་རྣམས་དོན་འཆང་ཡིན་དང་མིན་ཞེས་འདྲི་སྟབས། རྟན་འབྲེལ་
 ལ་བསམ་པ་མིན་ནམ་དོན་འཆང་ཡིན་ཞེས་ལན་བཏབ། འོ་ན་རེག་བྱ་



བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་སྤྱོད་ བྱེད་ཐབས།

རྩི་བ། ལམ་གྱི་སྐད་ཡིག་ལ་མཆོག་ལ་འཆམས་འདྲིའི་བཀྲ་
 བེས་བདེ་ལེགས་ལྷུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་སྤྱོད་བཀྲ་
 འདྲི་ཞིག་ཞུས་ཆོག་པ། ང་ཆོའི་སྐད་ཡིག་འདི་རིམ་བཞོན་ལ་སྤྱད་གང་
 གི་ཆ་ནས་ཀྱུ་ལ་སྤྱོད་ཆོད་ལྡན་གྱི་ཡིག་རིགས་གསུམ་གྱི་གཏོགས་ཀྱང་། བཅན་
 རྩི་ལ་དུ་སྤྱོད་བཀྲ་ཁག་གིས་གཙོས་སྤྱོད་ཆོགས་ཐོག་ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་དྲ་
 ཅང་ཉུང་དུ་ཡིན། གཞིན་སྤྱོད་མང་པོ་ཞིག་བོད་ཡིག་ལ་དོ་སྤྱད་དང་། ཆོར་
 སྤྱད་མེད་པ་དེ་ལ་དྲ་ཅང་སྤྱོད་འཆམ་ཆེན་པོ་འདུག་བོད་ནང་མཆོན་ན་པ་སྤྱད་
 སྤྱད་སྤྱོད་ཆོགས་པ་བཅུ་གསུམ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ལ་སྤྱད་སྤྱོད་དང་བཅི་
 འཛོག་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། ལམ་གྱི་སྐད་ཡིག་གིས་ཀྱང་བོད་ཀྱི་སྐད་
 ཡིག་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་ལ་བཀའ་སྤྱོད་རིམ་པར་སྤྱུལ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་སྐད་
 ཡིག་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་ལ་རྣམས་པ་ལྷན་སྤྱོད་ཆོད་པོ་ཞིག་ཐོན་གྱི་མེད་པའི་
 སྤྱད་སྤྱོད་ལ་འདུག་པས་གནས་སྤྱད་སྤྱོད་འདིའི་ཐད་ལ་ལམ་གྱི་སྐད་ཡིག་གི་



དགོངས་ཚུལ་ཞིག་བཀའ་གནང་རོགས།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་རེད། ལྔ་པ་ཕྱི་ལོ་
 ༡༩༦༠ ལོར་གཤམ་རིག་ཚོགས་ཆེན་ཐེངས་དང་པོ་འཚོགས་པའི་སྐབས་
 དེར་སློབ་ཚན་ནམས་རིམ་བཞིན་བོད་སྐད་ཐོག་བསྐྱར་ནས་སློབ་དགོས་
 གྱི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཡོད། སྐབས་དེར་ང་ཚོའི་ངོ་གསལ་པོ་ལན་ཉིའི་སྤྱི་
 བོ་ལགས་གཅིག་དང་། ཚེ་བོ་ལགས་གཅིག་ཡོད། ཁོང་གཉིས་བཟའ་
 ཚང་མིན། ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད། ཚེ་བོའི་མིང་ལ་ཡུ་མ་རྩི་མེ་ཟེར་བ་
 དང་། ང་ཚོས་སློབ་པ་ལགས་དེར་པོ་ལན་སློབ་པ་ལགས་ཞེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད།
 སློབ་པ་ལགས་ཀྱིས་སྐབས་དེར་སློབ་ཚན་ནམས་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་རིམ་
 བཞིན་སློབ་རྒྱ་དང་། ཐ་ན་ཉིན་རེ་ཉིན་རེ་འབྲིད་རྒྱུའི་སློབ་ཚན་དེ་ཉིན་
 གཅིག་གིས་གོང་དུ་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་ནས་བོད་ཡིག་གི་ཐོག་ནས་སློབ་བྲིད་
 བྱེད་དགོས་ཞེས་བཤད་ཡོད།

ངས་དོ་སྣང་བྱང་བ་གཅིག་ལ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་ང་ཚོ་རྒྱ་
 ཅག་པེ་ཅིང་དུ་ཕྱིན་པ་རེད། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོར་རྒྱ་ནག་གི་ས་ཁུལ་
 ཁག་ལ་ལྷ་སྟོར་དུ་འགྲོ་སྐབས་བྱང་ཤར་ཁུལ་གོ་རིམ་དང་ས་མཚམས་
 འཁལ་བ་དེར་ཡན་པན་གོ་རིམ་ཞེས་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་རང་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུ་
 ཞིག་ཡོད། དེར་ལྷ་སྟོར་བྱེད་སྐབས་ཁོང་ཚོའི་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭའི་སློབ་



ཆན་ནམས་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་བྲིད་བྱེད་ཀྱི་འདུག་
 པ་དེ་ལ་དོ་སྐྱོང་བྱུང་། རེས་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་སློབ་ཆན་
 ཆ་ཆང་སློབ་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། དབྱིན་ཇི་དང་ཀྱི་ཡིག་ལྟ་བུ་སློབ་ཀྱི་ནི་
 སྐད་ཡིག་རྒྱུ་པ་བསྐྱབ་ཀྱི་དང་དེ་མིན་གྱི་སློབ་ཆན་གཞན་ནམས་ཤོད་ཀྱི་
 སྐད་ཡིག་གི་ཐོག་ནས་ཆ་ཆང་སློབ་བྲིད་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་ཞེས་སྐབས་དེར་
 སྐད་ཆ་བྱུང་བ་རེད།

འོན་ཀྱང་སྐབས་དེར་ལམ་སང་ལག་ལེན་བསྟར་ཐུབ་པ་བྱུང་མེད།
 གང་ལགས་ཤེ་ན། སློབ་ཆན་ནམས་ཀྱི་སློབ་དེབ་མེད་ཅེས་དེ་ལྟར་ལུས་
 པ་རེད། དེ་རྗེས་བར་སྐབས་ནས་ཤོད་ཐུག་ཁྱིམ་སྒྲེས་འཛིན་གྲུ་ལྟ་བུ་བར་
 སློབ་ཆན་ཆ་ཆང་ཤོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་ནས་སློབ་བྲིད་བྱས་ཡོད། དེ་ལྟར་
 སློབ་བྲིད་བྱས་པ་ལ་དགེ་མཚན་ཡང་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག་ སློབ་
 ཐུག་ནམས་ལ་སློབ་ཆན་བྲིད་སྐབས་སྐད་དེ་ཤོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྲིད་
 ལྟབས་སློབ་ཐུག་ཆོར་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་མེད། དེ་མིན་སློབ་
 ཆན་གཞན་དབྱིན་སྐད་ཐོག་ནས་བྲིད་སྐབས་སྐད་གསར་པ་ཞིག་དང་སློབ་
 ཆན་གྱི་ནང་དོན་ཡང་གསར་པ་ཞིག་ཡིན་ལྟབས། ཤེས་རྟོགས་ཆ་ཆང་
 ཡོང་རྒྱར་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཀྱི་འདུག་ ཤོད་སྐད་རང་གི་ཐོག་ནས་སློབ་
 བྲིད་བྱས་ན་ཤེས་རྟོགས་ཡག་པོ་ཡོང་གི་འདུག་ཅེས་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་རེད།



དེས་ན་ང་ཆོས་དེ་ལྟར་ལག་ལེན་འདི་ལྟར་བསྟར་གྱི་ཡོད། གངས་ཅན་
སྤྱད་གསོངས་སུ་སློལ་རྒྱུ་གི་མེས་དཔོན་སློབ་གྲ་བཙུགས་ནས་སློབ་ཆན་
ཆ་ཆང་བོད་སྐད་ཐོག་སློབ་བྲིད་བྲེད་གྱི་ཡོད།

ང་ཆོས་ཐོག་མ་ནས་དེ་ལྟར་དོ་སྣང་བྱས་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤྱགས་གཅིག་
ནས་མཐོ་རིམ་གྱི་སློབ་སྦྱོང་ནམས་དཔེན་སྐད་གྱི་སློབ་ཆན་ཐོག་ནས་འགྲོ་
དགོས་པ་དེས་དཀའ་ངལ་གཅིག་འདྲད་པ་དང་། གཉིས་ནས་ང་ཆོའི་སློབ་
དེབ་དེ་དག་ཀྱང་ཆགས་ཚུད་པོ་ཞིག་བྱུང་མེད་པ་ཐག་གཅོད་རེད།

ཨ་ལོ་ངོས་ནས་སྤྱག་སྐད་བརྒྱབ་པ་ཡིན། ང་ཆོའི་སློབ་གྲ་ཁག་
བཙུགས་ནས་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ཅམ་སོང་ཡོད། འདས་པའི་ལོ་ངོ་ལྔ་བརྒྱའི་ནང་
ནས་ཐོག་མའི་ལོ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ནི་ང་ཆོ་འཐོམས་སངས་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁག་
མེད། ཐོག་མར་སློབ་གྲ་འཇུགས་རྒྱུ་འོག་བསམ་མཐོ་བཏང་སྟེ་དེའི་ཐོག་
ཟུ་ཚུགས་བརྒྱབ་པ་ལས་གཞན་བྱ་རྒྱ་བྱུང་མེད། དེ་རྗེས་ལོ་ཉི་ཤུའི་རིང་
ཡར་རྒྱས་གཏང་རྒྱུ་འོག་ཤུགས་རྒྱག་དགོས་ཞེས་འཕོད་སྐུ་ལ་ཏ་ཅང་མང་
པོ་བྱས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་འདྲོད་སློ་ཁེངས་པའི་ཡར་རྒྱས་ཤིག་བྱུང་མེད་
པར་འཆར་ཅན་ཁོ་ནའི་ཐོག་དུ་སྤྱེན་ཡོད། དེ་ལྟར་ཏན་ཏན་འབྲས་ཤོར་
སྤྱེན་འདུག འབྲས་ཤོར་སྤྱེན་ཟིན་པ་ལ་བྱ་རྒྱ་གང་ཡང་ལྷག་མེད། ད་
ཕན་འབྲས་ཤོར་སོང་བ་ནམས་རྒྱ་གང་དང་། རྒྱུན་གང་གིས་འབྲས་ཤོར་



སོང་བའི་ལ་ཞིབ་འདུག་པུ་ས་ཏེ་མ་འོངས་པར་དེ་ལྟར་འབྲུས་ཤོར་མེ་ཡོང་བའི་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས། ཞེས་སྒྲ་ལོ་ཤེས་རིག་ཆོག་ས་ཆེན་འཆོག་ས་སྐབས་ཤོད་རྒྱ་བྱུང་། ད་ལྟར་འབྲུལ་བསྐྱོད་ཅིག་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་བཞིན་སྤྱོད་ས་གཅིག་ནས་སྒྲོ་བ་ལྷག་རང་ཉིད་ཀྱི་རོས་ནས་ཀྱང་བོད་ཡིག་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་དོ་སྣང་དང་། དོན་གཉེར་མ་བྱས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོང་སྲིད་པ་ཡིན། དཔེར་ན་བོད་ནང་ཆ་བཞག་ན། ས་ཁུལ་འགའ་ཤས་ཏུ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག སྐད་ཆེར་མདོ་སྐད་ཀྱི་ཁུལ་ནས་བོད་ཡིག་ལ་བྱག་ས་ཆེན་པོ་རྒྱག་གི་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འདུག དེ་མིན་རང་སྒྲོང་སྒྲོངས་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན། བོད་ཡིག་ཐོག་ཆེད་མངགས་དམ་པུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཉེ་ཆར་ལྟ་སར་ཡོད་པའི་བོད་སྒྲོངས་སྒྲོ་བ་གྲུ་ཆེན་མོའི་མི་ཞིག་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་། དེས་རྒྱ་དཔོན་ཁྱིམ་ཁྱེད་ལོན་ཟེར་བ་ལྟ་སར་བསྐྱེད་ས་རྒྱུ་སྒྲོ་བ་གསོའི་ཐད་འགྲུར་བཅོས་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏང་སོང་། དེའི་གོང་བོད་སྒྲོངས་སྒྲོ་བ་གྲུ་ཆེན་མོར་བཤེས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་ནམས་ཁྱིམ་ཁྱེད་ལོན་བསྐྱེད་ས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་དེ་དག་ཆང་མ་མཆོམས་འཛིན་བྱེད་དུ་བཅུག་ནས། རྒྱ་ཡིག་གི་སྒྲོ་བ་དེ་བ་ནས་ཚུར་བལྲས་ཏེ་སྒྲོ་བ་ཁྱིམ་བུ་རྒྱ་ལས། བོད་ཡིག་རང་གི་ཐོག་ནས་ཅ་འཛིན་བྱེད་ས་མེད་པ་ཆགས་སོང་ཞེས་དང་། མིང་ཆོག་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་གོ་དོན་ཡོད་པའི་མིང་ཆོག་པོད་



སྤྱད་ཆོག་གི་མ་རེད་ཅེས་བསྐྱར་བཅོས་བདེ་སོང་། དེ་ནས་བཟུང་འབྲས་
ཤོར་བྱུགས་ཆེ་ཐིམ་སོང་། ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་འདུག དེ་ལྟ་བུའི་གནས་ཚུལ་
གཅིག་གི་ཐོག་ནས་ཀྱང་ཡོང་གི་ཡོད།

བདེན་པ་ཡིན་མིན་མི་ཤེས་ཀྱང་། སྤྱི་ལོ་ངས་གོ་ཐོས་བྱུང་བ་
ཞིག་ལ། བོད་རང་སྤྱོད་སྤྱོད་ས་ནས་རྒྱ་ནག་དབུས་གཞུང་ལ་བསམ་འཆར་
ཞིག་ཕུལ་བའི་ནང་སྤོན་འགྲོའི་སློབ་ཆོན་ནས་བཟུང་བྱ་ཡིག་གཅོམ་པར་བྱས་
ཏེ་སློབ་དགོས་པ་དང་། དེ་མིན་དགོན་སྡེ་ཁག་ཀྱང་རྒྱ་ནག་ནང་གི་དགོན་
པ་དང་རྩ་ཁང་རྩ་རྒྱུ་དགོན་གཅེར་ཁ་གསལ་གཞིག་བྱ་ལས་དེ་མིན་སློབ་གཅེར་
བྱེད་ཡུལ་གྱི་སྡེ་གནས་བྱས་ཏེ་བྱ་པ་མང་པོ་སྤྱད་བྱུ་འདི་ཡག་པོ་མི་འདུག་
ཅེས་པའི་བསམ་འཆར་བཤད་ཡོད། དེ་ལྟར་འགལ་ཁྱེན་ཏེ་ཅང་མང་པོ་
འཕྲད་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་ཁྱེན་གཅིག་ཡིན།

ཡང་པ་མའི་ངོས་ནས་ཁག་གཅིག་གིས་བྱ་ཡིག་གཅོམ་པར་བྱས་ཏེ་
བསྐྱབས་ན་མ་གཏོགས་རྒྱུགས་སྤྱོད་ཨང་གི་མཐོན་པོ་ལོན་བྱུང་གི་མེད།
བར་སྐབས་ནས་རྒྱུགས་སྤྱོད་གཅོམ་བྱ་ཡིག་ཐོག་བྱེད་དགོས་པ་ལས་བོད་
ཡིག་གི་ཐོག་ལ་འགྲོ་ཆིས་མེད་པ་རྩ་བུ་བཤད་ཀྱི་འདུག དེས་ན་བོད་སྐད་
བོད་ཡིག་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ནམས་རྒྱུགས་སྤྱོད་བྱེད་སྐབས་རྒྱུགས་འབྲས་
དམའ་པོ་དང་། རྒྱ་ཡིག་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ནམས་རྒྱུགས་འབྲས་མཐོན་པོ་



ཡོན་གྱི་ཡོད། རྒྱ་ཡིག་གི་རྩ་བ་ས་མཐོན་པོ་ཡོན་པ་ནམས་ལ་རྒྱ་ནག་དུ་
མཐོ་རིམ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུ་གི་སྐབས་མང་བ་ཐོབ་པ་དང་། བོད་ཡིག་
སློབ་སྦྱོང་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ནམས་ལ་མཐོ་རིམ་སློབ་སྦྱོང་གི་གོ་སྐབས་མ་
ཐོབ་པ་ཆགས་དུས་ཕ་མའི་ཁོས་ནས་ཐུག་ཀྱང་ལས་ཀ་རག་ཐབས་བྱེད་དགོས་
པ་དང་། མཐོ་རིམ་སློབ་གྲར་འགོ་རྒྱུ་རེ་བ་བརྒྱབ་སྟེ་རྒྱ་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་
གཙོ་བོ་བྱེད་དགོས་པའི་ཤུགས་སྒྲུབ་ཡོང་གི་འདུག དེ་ལྟར་སྒྲུབ་ན་ཅང་
མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེས་ན།

གཞན་དབང་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེལ་དང་། །

རང་དབང་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཞན་དབང་གི་འོག་ཏུ་གནས་དུས་ཀྱི་
 ལྷ་དེ་ཙམ་མེད། གང་ལྟར་ང་ཚོ་རང་དབང་ལུང་པའི་ནང་ཡོད་པ་རྣམས་
 གྱིས་ལས་ཀ་འབྲས་ཤོར་ན་ཅང་མང་པོ་ཞིག་སྤྱིན་འདུག འབྲས་ཤོར་
 མི་ཡོང་བ་བྱེད་པ་ལ་སྤྱོད་ཆས་ཆང་མས་འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱེད་དགོས་པ་དང་།
 སྤྱོད་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་ལ་དམིགས་བསལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས།
 ངོས་ནས་ཤོར་དུ་བཟོད་པ་ལྟར། ཤོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་ཞག་ཅི་དེ་ནང་
 ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བདོན་དགོས་པ་ཡིན། ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་
 གཞུང་གི་ཐོག་ནས་ཐོན་ཀྱི་ཡོད། ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་



ལ་རང་ཉིད་དགའ་ཞེན་དང་། རོ་སྒྲིབ་ཞིག་བསྐྱེད་པས་ན་པོད་ཡིག་འབྲི་
 རྒྱ་དང་། པོད་སྐད་རྒྱག་རྒྱུ་རང་བཞིན་གྱི་མཐོང་སྒྲེབས་ཡོང་བ་ཡིན།
 སྤྱི་ཚོགས་ནང་རིམ་བཞིན་སློབ་སྦྱོང་གི་ཆོད་རྒྱུ་མཐོར་ཕྱིན་ཏེ་པོད་ཡིག་
 གི་ཆོས་སྐད་ཀླུ་མཁས་ཤེས་རྒྱ་གང་ཅམ་མང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ས་མའི་ཤེས་
 ཆོད་ཅུང་མཐོ་པོ་ཆགས་ན་པ་མ་དེ་དག་གི་བྱ་སྤྱད་ཀླུ་མཁས་རང་གྲགས་ཀྱིས་
 བྲིམ་ཆང་ནང་སྐད་ཆ་པོད་སྐད་ཆོས་ཆོག་ཀླུ་མཁས་ཀྱང་རྒྱུན་སྐད་ལྟ་བུ་
 ཆགས་རྒྱུ་ཡིན། ད་ལྟ་ཆོས་སྐད་དང་ཆོས་ཆོག་ཀླུ་མཁས་སྐད་གསུམ་པ་ཞིག་
 གསུམ། སྐད་གཞན་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་ཏེ་དེ་དག་རྒྱུན་སྐད་ཀྱི་ནང་དུ་སྒྲེབས་
 མི་ཐུབ་པ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡོད། དེ་དག་མང་ཆོགས་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་
 ཤེས་ཆོད་མཐོར་ཕྱིན་པ་དང་། པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་རིན་ཐང་ཞིག་མཐོང་
 ན། སྐད་ཡིག་དེའི་ནང་དོན་བཟོན་བྱ་ཐབས་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ང་ཆོ་བོད་
 པ་གཅིག་པུའི་དོན་མིན་པར་འཇམ་སྒྲིབ་སྤྱི་ལ་ཞབས་འདེགས་སྐྱབ་ཐུབ་
 པ་ཞིག་དང་། ང་ཆོར་ཕན་ཐོགས་བྱེད་ཐུབ་པའི་རྒྱས་པ་དང་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་
 འདུག་བསམ་པ་ཞིག་བྱུང་ན། མ་འོངས་པར་མཐོ་སློབ་ཐོན་མཁན་གྱི་
 སློབ་སྤྱད་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་མདུན་ལམ་ལ་བསམ་སློབ་བྱང་ན་ད་ལྟ་
 པོད་ཡིག་ཅེ་སྤྱད་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་མདུན་ལམ་དེ་ཅམ་མེད། དེར་
 བརྟེན་ད་ལྟ་གོང་དུ་གོ་བསྐྱེད་བྱུང་བ་དེའི་ཐོག་ནས་ང་ཆོས་ལས་ཀ་ཆགས་



ཚུད་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་ན། སལ་ཆེར་འཇམ་སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་གི་མཐོ་
 རིམ་སྒྲོབ་གྲུ་མང་པོའི་ནང་དུ་སལ་ཆེར་བོད་ཡུག་སྒྲོབ་སྒྲོང་ཡོད་པ་ཆོར་
 གོ་སྐབས་ཐོབ་པ་ཡོང་གི་རེད། དེ་ནི་ལས་ཀ་ཕྱོགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་
 བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་སྟབས། ད་བར་འབྲུས་ཤོར་སོང་བ་ལ་དགོངས་དག་
 ཅེས་བརྗོད་ཐུ་ལས་གང་ཡང་ལྟག་མེད།



ཕྱི་ནང་གི་བྱུང་པར་དང་། སྐྱབས་འགྲོའི་རྣམ་གཞག

སྤོང་ཉིད་སྤྱིང་ཇི་ཟུང་དུ་འདུག་པའི་ལམ། །

ཆེས་ཆེར་གསལ་མཛད་གངས་ཅན་བསྟན་འགྲོའི་མགོན། །

ཕྱག་ན་པར་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོ་ལ། །

གསལ་འདེབས་སོ་བཞེད་དོན་ལྷན་གྲུབ་ཤོག །

ཅེས་མཆོད་པར་བཟོད་པས་བསྟན་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲུས་མོས་བཀའ་
འདི་ཞུ་བྱུང་། ཕྱི་རོལ་པ་དང་ནང་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་སྐྱབས་འགྲོའི་
སློ་ནས་འབྲེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་ཀྱི་མདོ་
ལས། ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་མི་རུང་
བར་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་ང་ཆོ་ནང་པས་ཕྱི་རོལ་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཆལ་
ན་རང་བྱུང་ལ་ཡོད་པའི་སྐྱབས་འགྲོའི་སློམ་པ་མེད་པ་གྱུར་གྱི་རེད་ཅེས་
གསུངས་འདུག་པས་དེ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ནམ།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་ཕྱག་འཆལ་སྐྱངས་ལ་མི་འདྲ་བ་མི་ཡོང་
ངམ། འཛམ་གླིང་འདིའི་སྤོང་གི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མ་མཐུན་ལམ་དགོས་



ཞེས་ངོས་ནས་ཁ་ཞེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཛིན་སྐྱེལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
མཐུན་པོ་ཡོང་བ་དེ་ཡང་རང་འགར་ཁ་མཁས་འདྲ་ཆགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་
ཆོ་མཐུན་པོ་དགོས་ཞེས་ཁ་ནས་བྲི་འབྲུམ་མང་པོ་བརྗོད་ཀྱང་ཕན་ཐོགས་
མེད། དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་ནང་ནས་གྲུས་བརྗོད་ཡོད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།
དེ་བྱིན་སྐད་ཀྱི་ཐོག་དད་པ་དང་གྲུས་བརྗོད་གཉིས་ལ་ཆ་བྱེ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་ཆོས་ལུགས་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ལུགས་
གཞན་ནམས་ལ་གྲུས་ཞབས་དང་བརྗོད་བཀུར་བྱེད་དགོས། ང་ཆོའི་ལམ་
རིམ་གྱི་ནང་དུ་ཡང་དད་པ་དང་གྲུས་པ་ལ་དབྱེ་བ་བྱེ་ཡོད།

ངས་དབྱེ་བ་བྱེ་ལུགས་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ལ་དད་པ་དང་། ཆོས་
ལུགས་གཞན་ལ་གྲུས་པ་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། ང་ཆོས་པ་མ་ལ་བྱིན་
ལན་འཇལ་བའི་ཆེད་དུ་གྲུས་པ་བྱེད་པ་དང་། ལྷ་མའི་ཡིན་ཏན་མཐོང་
བའི་སྒོ་ནས་དད་པ་བྱེད་པ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ་དད་
པ་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་གཞན་ནམས་ལ། འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་
གི་མི་ས་ཡ་དང་། རྒྱ་བ་མང་པོར་ལྟར་འདས་པའི་ལོ་སྟོང་ཕྲག་མང་པོའི་
རིང་ལ་ཕན་པ་དང་། མ་འོངས་པར་ལོ་མང་པོར་ཕན་ཐོགས་ཡོད་པ་ལྟར་
དེ་ལྟར་མཐོང་བའི་སྒོ་ནས་གྲུས་ཞབས་བྱེད་དགོས། ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད་
བསམ་པའི་ཐོག་ནས་བརྗོད་ཅིང་ཡིད་རངས་ཀྱིས་གྲུས་བརྗོད་བྱེད་དགོས།



དེ་ལྟར་དད་གུས་གཉིས་ལ་དབྱེ་བ་བྱེད་གོས།

དེས་ན་རང་གི་སྟོན་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་སྐབས། རང་ལ་ཐར་པ་
དང་ཐམས་ཅད་མཆིན་པའི་གོ་འཕང་སྟོན་མཁན་གྱི་སྟོན་པ་བྱིད་ཀྱི་ལམ་
ལ་བརྟེན་ནས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤྱོད་ཐུབ་
པ་ནམས་ཤེས་པའི་སྟོན་པ་ཕྱག་འཆལ་ལུགས་གཅིག་དང་། ཡི་ཤུའི་ལྷ་
མའམ་འཛི་སི་སི་ཁ་ཡེ་ཡིན་ནའང་འདྲ། མའེ་རེ་ལྟ་བུ་གང་ཞིག་ཡིན་
ཡང་དེ་དག་ལ་ངོས་ནས་ཕྱག་འཆལ་གྱི་མེད། འོན་ཀྱང་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་
གུས་ཞབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གུས་ཞབས་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་། བྱིད་རང་གི་
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་གོང་ཁྱུས་ལྟར་འཛམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་མི་ས་ལ་
མང་པོར་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་སྦྱིན་པ་དང་། མ་རབས་བྱེད་མཁན་ཡོད་
ཀྱང་སྦྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བཟང་པོའི་སྤྱོད་པ་དང་ལ་རབས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། བསྐྱབ་བྱ་བྱུག་གི་ཡོད་པས་དེ་དག་གི་བཀའ་ངོན་རྗེས་
སྤྱད་ན་པའི་ཐོག་ནས་ཡིད་རངས་བྱས་ཏེ་ཡག་པོ་རེད་བསམ་པ་བཅས་འདི་
ལྟར་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

ཡང་དགག་བྱ་ཡོད་ན་ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་ལས་ཕྱག་མ་འཆལ་ཀྱང་
འགྲིགས་པ་ཡིན། དགག་བྱ་མེད་ན་ཕྱག་འཆལ་བ་དེས་སེམས་ནང་སྐབས་
ལ་གཉིས་འཛིན་གྱི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་མེད་པར། སྐབས་གནས་དེ་དང་



དེ་དག་དང་། ཆོས་ལུགས་དེ་དང་དེས་ཀྱང་གཞན་པར་ཆུ་ཆེན་པོ་བྱུང་
ཡོད་པར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་ཡིད་རངས་དང་། བཀའ་དྲིན་རྗེས་སུ་བྱན་
པའི་ཐོག་ནས་གྲུས་པས་བརྟུང་ན་མི་འགྲིགས་པ་གང་ཡང་མེད།

འདི་ལྟར་ཡོང་བ་ལ་ཕྱི་ནང་གི་བྱུང་པར་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན།
སྐབས་འགྲོ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་། སངས་རྒྱུ་ལ་སྐབས་སུ་མཆི། ཆོས་ལ་
སྐབས་སུ་མཆི། དགེ་འདུན་ལ་སྐབས་སུ་མཆི་འོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་ཙམ་
གྲིས་ནང་པར་འགྲོ་མིན་ཐེ་ཆོས་ཡིན། སྤར་ང་ཆོ་ལྟ་སར་ཡོད་པའི་སྐབས་
རྒྱུ་མི་སྐད་སྐྱུར་བ་པོད་སྐད་ཤེས་མཁན་ནམས་ལ་འདི་རེད་དམ་ཞེས་དྲིས་
ཆོ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་རེད་ཅེས་མནའ་སྒྲེལ་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་ཁ་ནས་
དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལས། སེམས་ནང་ཡིད་ཆེས་གང་ཡང་
མེད། དེས་ན་སྐབས་འགྲོ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་། སངས་རྒྱུ་ལ་སྐབས་སུ་མཆི།
ཆོས་ལ་སྐབས་སུ་མཆི། དགེ་འདུན་ལ་སྐབས་སུ་མཆི་འོ། །ཞེས་ཆོག་ཙམ་
བཏོན་པས་པལ་ཆེར་སྐབས་འགྲོར་འགྲོ་གི་མ་རེད།

ནམ་རྒྱུན་ཕྱི་ནང་གི་བྱུང་པར་སྐབས་འགྲོས་འབྱེད་པ་དང་། ལྟ་
བས་འབྱེད་པ་ཞེས་གསུང་རྒྱུ་དུ་ཡོད། ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་
པའི་གྲུབ་མཐའི་རྩ་བ་ལས།

བདག་ལྟའི་ཞེན་ཡུལ་སྐྱབ་འགོག་ཕྱི་ནང་གཉིས། །



ཞེས་གསུངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་ཞིག་བཏང་ན་
 བྱེ་ནང་གི་བྱང་པར་སྐབས་འགོས་འབྱེད་ཅེས་བརྗོད་བྱབ་གྱི་རེད། གང་
 ལགས་ཤེ་ན། སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་དང་། ཆོས་དགོན་མཆོག་དག་
 འདུན་དགོན་མཆོག་ཅེས་པ་རྣམས་ནི་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་བྱེད་
 ཆོས་དང་། དག་འདུན་དུ་བྱེད་པའི་བྱེད་ཆོས་ཞེས་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་
 གྱི་ཐོག་ནས་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་དང་། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་
 ཏུ་བཞག་གི་ཡོད་པ་ལས། རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་
 བཤད་གྱི་མེད། དེས་ན་ཆོས་དགོན་མཆོག་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་དང་། ཆོས་
 དགོན་མཆོག་ལ་དད་པ་སྦྱེས། གཞི་ནས་འགོག་ལམ་གྱིས་བསྡུས་པའི་
 ཆོས་དགོན་མཆོག་ལ་ངོ་མཆར་སྦྱོབ་དང་། འགོག་ལམ་གྱི་བསྡུས་པའི་
 ཆོས་དགོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་རྟེན། དེ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་འཕགས་པའི་གང་
 ཟག་ལ་དད་པ་སྦྱེས་ཤིང་ཡིད་ཆེས་རྟེན། དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་བ་པའི་དག་འདུན་
 དེ་སྒོ་བ་པ་མཐར་མཇུག་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མི་སྒོ་བ་པའི་དག་འདུན་ལའང་
 དད་པ་སྦྱོབ་བ་བཅས་འདི་ལྟར་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན། རོས་ཀྱི་པའ་བྱུང་བ་བཅུ་
 བདུན་གྱི་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་མཇུག་ཏུ།

གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་བདེན་གཉིས་དོན་རྟོགས་ཤིང་། །

བདེན་བཞིས་འཁོར་བར་འཇུག་ལྷོག་ངེ་བཞིན་ངེས། །



ཆད་མས་དངས་པས་སྐྱབས་གསུམ་དད་པ་བཏན། །

མར་ལམ་ཅ་བ་ཚུགས་པར་བྱིན་གྱིས་ཆོ་བས། །

ཞེས་འཁོད་ཡིན། བདེན་པའི་རིམ་གཞག་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་
 ཞིག་བཏང་སྟེ་རིམ་པ་རྟེན་སྐབས་ལམ་གྱི་བདེན་པར་དད་པ་སྐྱེ་བཏང་། དེའི་
 ཡོན་ཏན་མཐོང་སྐབས་སྐྱེ་བཏང་གི་གང་ཟག་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་
 ལའང་དད་པ་སྐྱེ་བས་པ་བཅས་འདི་ལྟ་བུའི་འཁོག་ལམ་གྱི་ཆོས་གཉིས་ལ་
 དད་པ་ཡག་པོ་ཞིག་སྐྱེ་བ་ལ་སྤྱིར་མ་རིག་པ་འཇགས་ཀྱིས་འཕྲུང་ལས་ཉོན་གཉིས་
 བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་ནང་ནས་དྲུག་ཅ་གཏི་མུག་
 དང་། གཏི་མུག་ཅས་པའི་འབྲུལ་པའི་སྒྲོ་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲོ་ཡིན་པ་དང་།
 མ་རིག་པ་ཡིན་པ་འདི་དག་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན། སྒྲོ་གང་ཞིག་མ་རིག་པ་
 ཡིན་པ་ཤེས་པ་ལ། སྒྲོ་དེས་ཇི་ལྟར་བཟུང་བའི་དོན་དེ་དོན་ལ་གནས་ཡོད་
 མེད་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡིན་སྐབས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་དཔྱད་པ་བྱས་ཏེ་བདེན་
 འཛིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་བཟུང་བ་ལྟར་དོན་ལ་མེད་པ་དེ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུས་
 བསྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིག་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་དོན་
 ཞེས་པ་ལྟར་མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིག་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་དོན་གྱི་དོན་དམ་
 བདེན་པ་དེ་ཤེས་ཡོང་ན། དེ་ནི་དངོས་གནས་རེད་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་



གྲོ་ལ་བྱུང་ན། ད་ལྟ་ང་རང་ཆོའི་གྲོས་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེང་
 བ་ལྟར་དུ་འཛིན་པའི་གྲོ་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་གྲོ་ཞིག་ཡིན་པ་གཞི་ནས་ཤེས་
 ཡོང་བ་དང་། དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་གྲོ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད།
 གྲོ་དེ་ལ་རྒྱབ་ཏེ་ན་གྱི་ཆད་མ་མེད་པ་འང་ཤེས་ཡོང་བ་ཡིན། དེའི་ལྗོན་
 རྩལ་ས་རང་བཞིན་མེད་པར་ངེས་པའི་གྲོ་དེ་ལ་རྒྱབ་ཏེ་ན་ཆད་མ་ཡོད་པ་ཤེས་
 ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་རྒྱབ་ཏེ་ན་གྱི་ཆད་མ་ཡོད་པའི་གྲོ་དེ་གོ་མས་ཡོང་ན་
 རྒྱབ་ཏེ་ན་མེད་པའི་གྲོ་དེ་ལ་གཏོད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་རིམ་གྱིས་མཐུ་ཏེ་རྒྱང་
 དུ་གཏོང་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་རྗེས་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོང་ས་
 རེད་བསམ་པ་ཞིག་གྲོ་ལ་སླེབས་ཡོང་བ་ཡིན།

དེས་ན་གཞི་བདེན་པ་གཉིས་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་བདེན་བཞིའི་རྣམ་
 གཞག་དེ་ཆ་ཆང་ཤེས་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་མིན་སྟུག་བསྐལ་ཡོད་
 པ་དེ་ཙམ་ངོ་སྤྱོད་དགོས་དོན་མེད། འོན་ཀྱང་གསུམ་པ་འཁྱུར་པའི་སྟུག་
 བསྐལ་དང་། རྒྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྟུག་བསྐལ་གཉིས་དེ་གཉིས་ངོ་སྤྱོད་
 དགོས་པ་ཡིན། ཀྱན་འབྱུང་ལས་ཞེས་པ་འདི་ཕྱི་རོལ་ལྷ་སྟེགས་པས་ཀྱང་
 བཤད་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་དོན་གཅེར་བུ་བས་ཏ་ལས་དགོས་པ་བཤད་ཀྱི་ཡོད།
 འོན་ཀྱང་ཉོན་མོངས་དང་། ལྷག་པར་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ནང་ནས་བདག་འཛིན་
 ཞེས་པ་དེའི་ཐོག་དུ་སླེབས་སྐབས། ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཅེས་



པའི་སྐད་ཆ་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་བདག་འཛིན་ཤེས་དགོས་པ་ལས། རང་
 དགར་བདག་འཛིན་ཞེས་པ་དེ་ཤེས་སྐྱབ་ཐབས་མེད། དེས་ན་གཞི་བདེན་
 པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་བདེན་བཞིའི་རྣམ་གཞག་ཤེས་
 པ་ཞིག་དང་། བདེན་བཞིའི་རྣམ་གཞག་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་འགོག་ལམ་
 གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་དང་། དེ་སྟོན་མཁན་གྱི་སྟོན་པ་ལའང་
 དད་པ་སྐྱེ་བས་པ་དང་། དེ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པའི་དགེ་འདུན་ལ་དད་པ་
 སྐྱེ་བས་པ། སྟོན་པ་སྐྱབ་ཐུང་དེ་ཡང་ལམ་བདེན་དང་། དགེ་འདུན་སྐྱབ་
 ཐུང་དེ་ཡང་ལམ་བདེན། དགེ་འདུན་དང་སྟོན་པའི་བྱེད་ཆོས་གཙོ་བོ་སྟོན་
 མཁན་ནི་མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་བྲལ་བའི་ཡིན་ཏན་ནས་བཟུང་སྟེ་སྐྱབ་
 གཉིས་སྤངས་པའི་བྲལ་བའི་ཡིན་ཏན་བར་དུ་སྐྱེ་བས་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་
 ན་སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་ཅིག་ཡོང་བ་ལ་ནང་པའི་སྣ་བ་དེ་མ་ཤེས་ན་ཡོང་
 ཐབས་མེད་དོ། །



ནམ་ཤེས་ཀྱི་ཉིང་ལེན་ལ་ ནམ་ཤེས་དགོས་མིན།

དེ་ལ། ཡཔོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་འཆམས་
འདྲིའི་བཀའ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྷ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་གུས་པས་བཀའ་འདྲི་
ལྷ་རྒྱུར། ང་ཆོས་ནམ་རྒྱུན་ནམ་ཤེས་ཀྱི་ས་པོན་དེ་ལྡན་མིན་འདྲ་བྱེད་
ཡིན། རྒྱ་མཚན་གང་ཞེ་ན། ས་པོན་ཡིན་ན་ལྡན་མིན་འདྲ་བྱེད་ཡིན་པས་
ཁྱབ་ཅེས་གསུང་གི་འདུག དཔལ་ལྡན་ཆོས་གྲགས་ཀྱིས་མངོན་པའི་ནམ་
འགེལ་རྩ་བ་ལས།

ནམ་ཤེས་མིན་པ་ནམ་ཤེས་ཀྱི། །

ཉིང་ལེན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་འགྲུབ། །

ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ལ་དོགས་གཅོད་ཅིག་གནང་རོགས་ལྷ།

བཀའ་ལན། ནམ་འགེལ་ནང་ཐུ་གུའི་ས་པོན་ནས་དེ་ལྡན་མིན་
འདྲ་བྱེད་རེད་ཅེས་གསུངས་འདུག་གམ། དེ་ལྟར་ཏ་ལམ་གསུངས་མེད།
ས་པོན་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་བརྗོད་ན། དེ་གཉིས་འདུས་བྱས་རེད། ས་
པོན་དང་འབྲས་བུ་སྦྱ་ཡོངས་ནས་བཤད་ན། དེ་གཟུགས་དང་ཤེས་པ་གང་



ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྤྱི་ཐོག་ནས་བརྗོད་པ་ཞིག་ཡིན། སྤྱི་ཐོག་ནས་བསམ་
 གྲོ་བ་དང་ན། ལུ་མིན་འདྲ་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་དགོས་པ་ལས། དེ་
 མིན་སྤྱི་གྱུ་གྱུ་འི་ས་པོན་ནས་ལྷ་བྱེད་མ་ནས་ཀྱི་སྤྱི་གྱུ་འི་ས་པོན་ནས་ལྷ་བྱེད་
 མིན་འདྲ་བྱེད་ཅེས་སྤྱི་གྱུ་འི་མི་བརྗོད་པ་ཡིན།

ཡང་བྱེད་རང་གི་ས་པོན་ཞེས་པ་དེ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ས་པོན་ནམ་
 ཉོན་མོངས་ཀྱི་བག་ཆགས་ལ་བཟོད་ན། དེ་ནི་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་
 ཏུ་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་ནི་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའི་ནང་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་རྫོག་
 ང་ཆ་པོ་རེད། བག་ཆགས་བསོ་གཞི་ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་པ་དང་།
 དེ་བཞིན་མཆན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་སོགས་ནི་རྫོག་པོ་རེད་
 དག་ནི་བག་ཆགས་དང་། བག་ཆགས་བསོ་གཞི། བག་ཆགས་ཀྱི་རོ་པོ་
 གང་འདྲ་ལ་འཛོག་མིན་སོགས་ནི་ཏོག་ཙམ་རྫོག་པོ་རེད་འདུག

ནམ་འགྲེལ་གྱི་ཆོག་དོན་ནི། འགྲུ་ར་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་
ཡིན་ན་མི་རྟག་པ་ཡིན་དགོས་ཤིང་། དེ་རྣམ་ཐག་ཆོད་པ་མེད། མི་རྟག་
པ་ཞེས་པ་དེ་རྒྱུན་གྱི་མི་རྟག་པ་ལམ་རགས་པའི་མི་རྟག་པ་གཅིག་དང་། རྒྱད་
ཅིག་རྒྱད་ཅིག་གིས་འཇིག་པའི་སྤྱ་པའི་མི་རྟག་པ་གཅིག་ རྒྱད་ཅིག་རྒྱད་
ཅིག་གིས་འཇིག་པའི་སྤྱ་པའི་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་མེད་ན། རྒྱུན་གྱིས་
འཇིག་པའི་མི་རྟག་པ་འཇོག་མི་ཤེས་པ་ཡིན། རགས་པའི་མི་རྟག་པ་ཡོང་



མི་བྱུང་ཅིང་། རགས་པའི་མི་རྟག་པ་ཡོང་བའི་གཞི་ཅ་ནི་ཕྱ་བའི་མི་རྟག་
 པའི་ཐོག་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་འཛིག་པའི་ཕྱ་བའི་
 མི་རྟག་པ་དེ་སྒོ་བྱར་བའི་རྒྱ་རྒྱུ་གཞན་ཞིག་གམ་རྒྱ་གསུམ་པ་ཞིག་གིས་
 རྒྱ་རྒྱུ་བྱས་ནས་འཛིག་པ་མིན། རྒྱ་བྱེད་གྱི་རྒྱ་རང་ཉིད་གྱིས་འཛིག་
 པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྒྱུ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་རྒྱ་ཡི་གཞན་དབང་ཅན་ཞེས་
 གསུང་གི་ཡོད། རྒྱ་དེ་ལ་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་གྱི་
 རྒྱ་སོགས་ནི་བསྐྱུས་གྱའི་ནང་དུ་ཡོད།

དེ་བཞིན་ཕྱི་ཡི་རྒྱ་འབྲས་ལའང་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དང་། ལྷན་ཅིག་
 བྱེད་རྒྱུ་གྱི་རྒྱ་གཉིས་ཡོད། ནང་གི་ལུས་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ཀྱང་། ཉེར་
 ལེན་གྱི་རྒྱ་དང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་གྱི་རྒྱ་གཉིས་ཡོད་ལ། ནང་གི་རྣམ་
 ཤེས་ཏེ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ཀྱང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་
 རྒྱུ་གྱི་བདག་རྒྱུ་མིག་གི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེའི་ཉེར་ལེན་གྱི་
 རྒྱ་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། འབྲས་བུའི་རང་བཞིན་ལ་འགྱུར་འགྲོ་མཁན་ཞིག་
 ལ་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཞེས་བརྗོད་གྱི་ཡོད། དེས་ན་འབྲས་བུ་ཤེས་པ་གསལ་
 རིག་ཅམ་ལས་གཟུགས་སུ་མ་གྱུབ་ཅིང་། དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་མེད་པ་
 ཞིག་ཡིན་སྐབས། དེའི་རོ་བོར་འགྱུར་མཁན་གྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དེ་ཉིད་
 དེ་དང་རིགས་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་གསལ་རིག་ཅམ་



གྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་འབྲས་བུའི་ཆོས་གཅིག་གི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དེ་
གསལ་རིག་ཅམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཆོས་ཤིག་གི་མ་གཏོགས་ཡོང་བའམ་
མེད། དེས་ན། རྣམ་འགྲེལ་ལས།

རྣམ་ཤེས་མིན་པ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི། །

ཉེར་ལེན་མིན་པའི་སྤྱིར་ཡང་འགྲུབ། །

ཅེས་པའི་རྣམ་ཤེས་སྐད་ཅིག་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། དེར་
བརྟེན་མངལ་དུ་ཉིང་མཚམས་སྒྱུར་མ་ཐག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐད་ཅིག་
དང་པོ་དེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རེད། རྒྱ་ལས་སྒྲེས་པ་ཡང་རེད། དེའི་ཉེར་
ལེན་གྱི་རྒྱ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་སྒྲོན་གྱི་ཤེས་པའི་རྒྱ་ན་ཞིག་འདོག་
རྒྱ་ལས་འོས་མེད། དེས་ན་ངས་ནམ་རྒྱ་ན་ལམ་གཙོའི་ཆོག་དེ་འདི་ལྟར་
དུ་སྒྱུར་ནས་བཀལ་ན་ཡག་པོ་འདུག

ལས་འབྲས་མི་བསྐྱུ་འཁོར་པའི་སྤྱི་ག་བསྐྱུ་ལ་རྣམས། །

ཡང་ཡང་བསམས་ན་སྤྱི་མའི་སྤྱིར་གས་སྤྱི་ག།

ཅེས་པའི་ཆོག་དེའི་ཆོག་གཅིག་ཁ་སྒྱུར་བྱས་ཏེ། རྒྱ་འབྲས་མི་
བསྐྱུ་བ་བསམ་པའི་སྤྱི་ནས་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་སྤྱི་བས་ཤིང་། སྤྱི་བ་སྤྱི་བའི་བདེ་
སྤྱི་གནི་སྤྱི་དེ་འདུག་ལས།

ཐོག་མེད་བདེ་སྤྱི་ག་ལས་ལས་ཡིན། །



ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེས་ན་བདེ་སྤྱད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་འབྲས་ཀྱི་དབང་
 གིས་བྱུང་བར་བཤད་ན་ལས་འབྲས་མི་བསྐྱུ་བའི་ཚྲོན་དུ་རྒྱ་འབྲས་མི་བསྐྱུ་
 བ་དེ་ཚྲོན་དུ་གཏན་ལ་ཤབ་དགོས་པ་ཡིན། འདི་ཡང་དུ་ཅང་རྫོགས་བྲལ་
 པ་རེད། བྱི་རྒྱུ་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་འདི་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་མིན་
 གེ་ཆོམ་ཡིན། དཔེར་ན། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱུང་བ་ལས། དེ་
 བཞིན་གཤེགས་པའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བྱུང་བ་མིན་ལ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་
 ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཀྱང་བྱུང་བ་མིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད། དཔེར་ན། རྣམ་
 ཤེས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ལ་རྣམ་ཤེས་དགོས་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ལས། དེ་ལ་
 ལས་ཀྱི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་རྒྱ་འབྲས་མང་པོ་ཞིག་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་
 དབང་གིས་ཡོང་བ་ལས། ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐད་ཆ་ཤལ་ཆེར་མ་རེད་བསམ་
 ཀྱི་འདུག ཆོས་ཀྱི་ཡོང་བ་གཅིག་གི་ནང་དུ་བདེ་སྤྱད་ཀྱི་ཡན་གཞི་དེ་
 པ་ཞིག་སྐྱེ་བས་ཡོང་སྐབས་གཞི་ནས་ལས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེར་
 བརྟེན་སྟོན་འཇུག་ལས། བྱིའི་དངོས་པོ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་
 ལས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་སྟོན་འཇུག་ལས།

ཤེས་པ་ཤེས་བྱ་ལས་སྐྱེ་དང་། །

ཐོག་མེད་བདེ་སྤྱད་ལས་ལས་ཡིན། །

དེ་བས་གང་ཞིག་ཡིན་པ་སྟོས། །



ཞེས་དབུ་བ་ཕྱེ་གནང་ཡོད། སྤྱིར་བཏང་ཆོས་ཉིད་ལ་རྒྱ་དང་
རྒྱུ་གྱི་འགྲོ་སྤངས་གཅིག་དང་། བདེ་སྤྱི་གི་སྤྱི་དང་དུ་སྤྱི་བས་སྤྱི་བས་ལས་
དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལ་བསམ་སྤྱོད་གཏོང་རྒྱུ་འདུག་ བདེ་
སྤྱི་གི་ཅེས་བཞིན་ན་ཆོས་བའམ་སྤྱི་དང་བའི་ན་ཞིང་། དེས་ན་སྤྱི་དང་བའི་བདག་
ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་གྱི་དེའི་རྒྱུ་ལ་ཀུན་སྤྱོད་གི་ཁྱད་པར་འབྲེལ་བའི་རྒྱུ་
གཅིག་གིས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་སྤྱི་གི་མ་མེད་པ་ནས་ཡོང་
བའི་བདེ་སྤྱི་གི་དེ་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་རེད། བདེ་སྤྱི་གི་སྤྱི་དང་
ཀྱི་ཤེས་པ་དེ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་རེད་ཅེས་བཞིན་པ་ལས། ལས་
ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་རེད་མི་བཞིན་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་རྒྱུ་འབྲས་ཡོད་
དོ་ཅིག་ལས་འབྲས་ལས་ཆེ་མེད་ཅིན། དེ་ལ་དབུ་བ་ཕྱེ་དགོས་པ་ཡིན།

གོང་དུ་ལམ་གཅིད་སྤྱོད་བཞིན་པ་ལྟར། རྒྱུ་འབྲས་མི་བསྐྱེད་ཞེས་
པ་དེར་བསམ་སྤྱོད་ཞིག་བཏང་། དེ་ལ་འཁོར་བར་མཐའ་མ་ཡོད་མེད་དེ་
ཡང་གཅིག་སྤྱི་བས་ཡོང་བ་ཡིན། གང་ལྟར་ཤེས་པའི་རྒྱུ་ལ་སྤྱོད་མ་མེད་
པ་དང་། མཐའ་མ་མེད་པ་ཞིག་སྤྱི་བས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་རྒྱུ་འབྲས་
མི་བསྐྱེད་པ་བསམ་པའི་སྤྱོད་ནས་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་པ་དང་། དེ་རྒྱུ་སྤྱི་བ་
སྤྱི་བའི་སྤྱི་བས་ཀྱི་བདེ་སྤྱི་གི་དེ་དག་ནི།

སྤྱོད་མེད་བདེ་སྤྱི་གི་ལས་ལས་ཡིན། །



ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་འབྲས་མི་བསྐྱ་བའི་ཆ་ནས་སྤྱག་བསྐྱལ་
 བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དེ་བསམ་དགོས། དེས་ན་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མ་
 ཟད་གྱི་བར་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཟད་གྱི་མ་རེད་ཅེས་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་
 རྒྱ་ཅ་བ་མ་རིག་པ་རེད། མ་རིག་པ་མ་ཟད་བར་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་གཞན་
 དབང་ཅན་རེད་ཅེས་འདུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་འོ་སྤྱོད་བྱེད་གྱི་ཡོད། ལམ་
 གཙོ་རྣམ་གསུམ་ལས།

ལས་འབྲས་མི་བསྐྱ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་རྣམས། །

ཡང་ཡང་བསམ་ན་ཕྱི་མའི་སྣང་ཤས་ལྡོག །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱ་འབྲས་མི་བསྐྱ་བའི་བསམ་ཆོ་ཞིག་སྤྱོད་དུ་
 མ་བཏང་ཞིང་། རྒྱ་བ་སྤྱི་བསྐྱབ་རྒྱ་དེ་དག་ཆོ་ལ་མ་ཤར་ན། ལས་འབྲས་
 མི་བསྐྱ་བའི་སྐྱོར་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་སའི་གཞི་ཅ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། འདི་ལྟར་
 བསམ་ཆོ་གཏོང་རྒྱ་དེར་གནད་འགག་ཅིག་མེད་དམ་སྙམ་མོ། ॥ ॥



དེ་རིང་ཆོས་འབྲེལ་བྱ་ཆུ་ནི་ཁ་སང་བཀའ་མོལ་བྱུང་བ་ལྟར། ནང་
 བ་སངས་ཀྱིས་པའི་ཆོས་ནས་གསུངས་པའི་གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་
 དང་། གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་དེ་ལ་ལྟ་བུས་ལྟ་སྤངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་
 མེད་ཀྱི་སྒོར་ནི་ལྟ་བུ་བཞིན་ལ། དཔེར་ན། ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་
 ལ་ཉག་དངོས་གཉིས་དང་། དེའི་ནང་ནས་དངོས་པོ་ལ་གཟུགས་ཤེས་ལྡན་
 མིན་འདྲ་བྱེད་གསུམ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཤེས་པ་ཞེས་ཟུར་དུ་བཏོན་
 ནས་བཞེད་དགོས་དོན་ནི། བྱི་གཟུང་བ་དང་ནང་འཛིན་པ་ཞེས་བྱི་གཟུང་
 བས་ཀྱིན་བྱས་ཏེ་ཤེས་པས་ཡུལ་རིག་པའི་རིག་པ་འདྲ་མིན་སྒྲིལ་ངག་ཡོད།
 ང་ཆོས་བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞེས་བཞེད་པ་ནི། ཆོར་བ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་
 ཞིང་། སྤང་པོ་ལྟར་བྱེད་པའི་ནང་གི་ཆོར་བའི་སྤང་པོ་ཞེས་པ་དེ་སྤྱི་བས་
 ཡོང་གི་ཡོད། སྤང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་ཤོད་སྐབས་ཆོར་བའི་ནམ་གཞག་
 ཅིག་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད།

མདོར་ན་ང་ཆོར་བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།



བདེ་སྤྱད་གི་ཐུག་སའམ་འགག་ཅ་ནི། བདེ་བ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་འཛུགས་
དངོས་སུ་ཁྱོད་གི་ཡོད། དེས་ན་བདེ་སྤྱད་ནི་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ཆོར་
བལྟོད་པའི་དུད་འགོ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་སེམས་ལྡན་ཆང་མས་ཁྱོད་བ་ལྟར་བདེ་
སྤྱད་དེའི་ནང་ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་ཞིག་
ཡོད་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་ལམ་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆན་
རིག་ཅེས་པ་དེ་ཡིན།

ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་གྱི་བདེ་སྤྱད་གི་ཆོར་བལྟོད་པ་དེ་ཇི་
ལྟར་བྱས་ཏེ་ཡོད་གི་ཡོད་ཅེ་ན། ཤེས་བྱའི་ནམ་གཞག་ལ་མྱོའི་ལྷ་སྐྱངས་
ནི། ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་དང་། ཤེས་བྱ་དེར་ཤེས་པས་ཇི་ལྟར་
ལྷ་ལུགས་དེར་ལྷ་གྲུབ་མི་འདྲ་བ་དེ་དག་སྐྱབས་ཡོད་གི་ཡོད། བདེ་སྤྱད་
ཡོད་པ་དེར་སྤྱད་ཀྱང་ཚོད་པ་མེད། བདེ་བ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཞེས་པ་དེ་
རྒྱ་མེད་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་ཚུལ་གཅིག་དང་། རྒྱང་འཕེན་པའི་ལྷ་ཚུལ་ཏེ་
སྤྱར་གྱི་རྒྱང་འཕེན་པའི་ལྷ་ཡུལ་ཡིན་ན་ཡང་འདྲ། དེར་སྐྱབས་ཆོས་ཞེས་
པ་ཅུ་བ་མེད་ཅེས་དང་། ཐ་ན་ནམ་པར་ཤེས་པའི་སེམས་ཞེས་པ་འང་ཅུ་
བ་ནས་མེད་ཅེས་ཆོར་བ་ཞེས་པ་ནི་ལྷ་དང་ཚུལ་འཕེན་པ་ཅུ་ལས་ཤེས་པ་ཞེས་
པ་ཞིག་ཟུར་དུ་ཕལ་ཆེར་མེད་ཅེས་བརྗོད་མཁན་ཡང་ཡོད་གི་ཡོད།

Radical Materialist རྒྱ་བ་མཐར་ལྷུང་བའི་དངོས་གཞི་སྤྱད་པ། དེ་



དག་གིས་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ཁས་ལེན་གྱི་མེད། འོན་ཀྱང་དེར་སྐབས་འདྲི་
 ཚུ་ལ་དེར་པ་ལ་ཆེར་འགྱུར་བ་འགྲོ་གི་ཡིད། དེས་ན་བདེ་སྤྱད་གི་ཆོར་
 བ་ཚྱོང་བ་དེ་ལ་ལྟ་སྤངས་ཀྱི་མེད་ཀྱིན་མེད་ལས་ཕྱུང་བ་རེད་ཅེས་བརྗོད་
 མཁན་གྱི་རིགས་གཅིག་དང་། ཡང་ཀྱི་ཀྱིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐ་སྙད་གང་
 ཞིག་བདགས་རུང་། གང་ལྟར་བདེ་སྤྱད་གི་ཆོར་བ་ཚྱོང་བ་འཁྱོང་བྱེད་
 གྱི་ཤེས་པ་དང་། གང་ཚྱོང་བ་འཁྱོང་བ་དེ་སྤྱད་དང་། བདེ་སྤྱད་ཡོང་བ་འཁྱོང་
 ནང་གི་ཀྱིན་འདི་དག་ནི་ཀྱི་མེད་ལས་ཡོང་ཤེས་ཐབས་མེད་པར་ཀྱི་ཞིག་
 དེས་པར་དུ་ཡོད་དགོས་ཤིང་། དེའི་ཀྱི་དེ་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་
 པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་དེའི་ཐོག་དུ་ལྟ་ཚུ་ལ་གཅིག་སྟེ་བས་ཡོང་གི་ཡིད།

ཡང་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདྲི་མཁན་གྱི་ནང་དུ་ཡང་ནང་
 གསེས་ཁ་ཆེའི་ཆོས་ལུགས་དང་། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས། ཉིན་རྒྱུའི་ཆོས་
 ལུགས་སོགས་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་དཀོན་མཆོག་འདྲ་མིན་
 རོད་ཀྱི་ཡིད། འོན་ཀྱང་ཆང་མས་བསམ་མཐོ་གཏོང་ས་ནི་དཀོན་མཆོག་གིས་
 བཀོད་པ་རེད་ཅེས་པ་དེའི་ཐོག་དུ་སྟེ་བས་ཀྱི་ཡིད། དེ་ལྟ་ཚུ་ལ་གཅིག་ཡིན།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དང་། དེ་མིན་གྱི་ཆོས་ལུགས་འགའ་
 ཞིག་གིས་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་ན་རིགས་པས་གཞོད་ཀྱི་འདུག་
 འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་དེ་ཉིད་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཞིག་མ་བཞག་ན་མི་འགྲིགས་



ལ། འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་དེ་ཉིད་བཅེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དང་། རུས་
པོ་བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་བཞག་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་མཁུན་པོ་བདག་
ཉིད་དང་། བཅེ་བའི་བདག་ཉིད། རུས་པོ་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་ཞིག་གིས་
བཀོད་པོ་འཛིག་རྟེན་འདི་ལ་ནང་དུ་རྟོག་ཏུ་ལུང་པ་གང་ཡོད། དཔེར་
ན། ད་ལྟོ་འཛིག་མཁུན་རྟོག་ཏུ་ཁེངས་པ་འདི་མཐར་གཏུགས་ན་འཛིག་
རྟེན་བཀོད་པ་པོ་དེ་དགོན་མཆོག་གིས་བཀོད་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་དགོས་པ་
ཡིན། མ་གཞི་ Free Will རྒྱུ་མེད་ཐག་གཅོད་དམ་རང་དབང་། ་་
ཞེས་པོ་མི་ལོ་མེད་མེད་ཀྱི་རང་དབང་སྟེ། མི་ལ་རང་དབང་གནང་བ་རེད་
ཅེས་པོ་འགྲེལ་བཤད་ཅིག་ཡོད་གི་ཡོད།

འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་པོ་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། ལྟ་བུ་
ཀྱི་ཆ་ནས་སངས་རྒྱས་པོ་ཆོས་ལ་ནང་པ་མཁུན་འཐད་མི་འཐད་ཀྱི་ཚུན་
པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་མ་
གུས་པ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། འདིར་ད་ལྟོ་ལོ་དུ་ཆོས་ལུགས་གཞན་གྱིས་
བཤད་པ་དེ་དག་འཐད་མི་འཐད་ཀྱི་སྐད་ཆ་བཤད་པ་འདི། ཆོས་ལུགས་
དེ་ལ་མ་གུས་པས་བྱས་པ་ཡིན། ཆོས་ལུགས་དེ་དང་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་
ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་ཆོས་ལུགས་དེ་དང་དེས་པ་མཁུན་གྱི་ཡོད། ལྟ་བུ་དེས་ཀྱང་
པ་མཁུན་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་དངོས་ཡོད་གནས་ལྟར་དང་། མཐོང་ཆོས་ཀྱི་གནས་



ཚུ་ལ་ཞིག་ཡིན་པ་ས་དེ་ཁས་ལེན་ཐེད་དགོས་པ་ཡིན། གང་ལྟར་འཐད་
 མི་འཐད་ལ་རིགས་པ་ས་དཔྱེད་སྐབས་འདི་ག་ཉེན་བཞོན་པ་པོས་བཞོན་པ་
 དང་། རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་ཞིང་། ཡང་ན་རྟག་ཏུ་
 ཡོད་དགོས་ལ། ཡང་ན་ནམ་ཡང་ཡོང་མི་ཤེས་པ་ཡིན། གང་ཡིན་ཞེ་
 ན། དེ་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེས་བྱུང་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་མི་བདེ་བ་ཡོང་བ་དང་།
 རྟག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡང་རྒྱ་རྟག་པ་ཡིན་ན་དེས་སྐྱེས་པའི་འབྲས་
 བུ་དེ་ཡང་རྟག་ཏུ་ཡོད་དགོས་པ་དང་། ཡང་ན་རྟག་ཏུ་མེད་པ་གང་རུང་
 ཡིན་དགོས་པ་ཡིན། འབྲས་བུར་འགྱུར་བ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ལྟར་དེ་སྐྱེད་
 ཐེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་ཡང་འགྱུར་བ་ཡོང་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱ་རྟེན་ལ་འགྱུར་བ་
 ཐུན་པའི་རྟེན་གྱིས་དེས་སྐྱེས་པའི་འབྲས་བུར་ཡང་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་ཞིག་
 མཐོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་རྟག་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡོང་མི་
 ཤེས་ཤིང་། འདི་ག་ཉེན་བཞོན་པ་པོ་རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་སྐྱེས་བུས་སྐྱེས་
 བ་ལ་ཆ་བཞག་ཀྱང་གོང་དུ་བཞུགས་པ་ལྟར་ཀྱི་སྐྱོན་འཇུག་གི་ཡོད།

དེས་ན་རང་རང་གི་རྒྱ་དང་རྟེན་ལས་སྐྱེས་པ་རེད་ཅེས་སངས་
 རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཉེན་འབྱུང་ཞེས་བསྟོམས་བསྟོན་པ་དེ་ནི་ཉེན་འབྱུང་རེད་
 ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། རྒྱ་དང་རྟེན་ལ་བཞེན་ནས་འགྱུར་བ་སྐྱོ་ཆོག་ས་
 ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། རྒྱ་དང་རྟེན་ལ་བཞེན་ནས་འགྱུར་བ་



འགྲོ་བས་ན། དེ་ལ་བསམ་མཐོ་གཏིང་རིང་པོ་ཞིག་བཏང་ན། རང་དབང་
གིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་ཞིག་མཐོང་ཡོང་བ་ཡིན། བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་
ལས་རང་དབང་གིས་གྲུབ་པ་གཏན་ནས་མེད་ཅེས་པ་དེའི་སྐྱེད་ལྗོངས་སྐབས་
རྟེན་འབྲུང་ཕྱ་མོའི་སྒང་ལ་ཕྱིན་པ་རེད། དེ་ནི་ལྟ་བའི་སྐྱེད་པའི་ཡིན།

མཚམས་འདིར་མ་སྐྱེ་བས་བར་སྒང་དོར་གྱི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་
མེད། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་རེད་འདྲུག་ཅེས་
དང་། འདི་ལྟར་ཡོང་བ་དེ་ཡང་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཅིམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་
རེད་ཅེས་པ་ལས་སྒང་གྲུ་འདི་དང་། རོར་བྱ་འདི་རེད་ཅེས་དང་། འདི་
བཟང་པོ་རེད། འདི་ངན་པ་རེད་ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་མེད། དེ་
ཁ་སང་ཁྱིམ་པ་ལྟར་ཡིན་ལུགས་མིན་ལུགས་གཏན་ལ་ཤབ་པ་ལས། འདི་
ལྟར་ཡིན་ལྟ་བས་འདི་བྱེད་དགོས་པ་དང་། འདི་འདྲ་ཡིན་པས་དེ་བྱེད་
རྒྱ་མེད་ཅེས་པའི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་བཟོད་རྒྱ་མེད། དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་ཀྱན་
ལ་བྱུན་མོང་བ་ཡིན་པ་ལས། སངས་རྒྱུས་པའི་སྒྲོས་ཆོས་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན།

དེས་ན་འཛམ་གླིང་གྱི་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། ཤེས་ཡོན་
སྒོ་བ་སྒྱུར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་
གྱི་ཐོག་ནས་བདེ་སྤྱད་ཅེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། བདེ་སྤྱད་ཅེས་པ་དེ་ཤེས་
པ་ཡིན་པ། དེ་རྒྱུ་ལྟ་བའི་ཐོག་ཏུ་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པ་ཤོད་



སྐབས། དེ་དག་བསྐྱེམས་བརྒྱབ་ན་རྟེན་འབྲུང་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་འབྲས་
 གྱི་རྟེན་འབྲུང་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྲུང་གཉིས་བཤད་
 ཡོད། དེ་ཉམས་ལེན་དུ་འདྲིལ་སྐབས། ང་ཚོ་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་
 དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་ཡིན་ཞིང་། ང་ཚོར་ཆ་བཞག་ན། ལུས་དང་
 སེམས་གཉིས་ཡོད་ལ། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་རྒྱུ་ཤིང་སྐབས། དབང་
 པོའི་ཤེས་པ་དང་། ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་ཞེས་གཉིས་བཞག་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་
 སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཞེས་གཙོ་བོར་སེམས་དང་། དེའི་འཁོར་དུ་བྱུང་
 བའི་སེམས་བྱུང་གི་རིགས་མང་པོར་སྐྱེ་གི་ཡོད། དེ་དག་གི་གནས་རྒྱུ་
 ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་རིགས་
 པས་སྐྱབ་མི་དགོས་པར་རང་ལ་ངང་གིས་ཚོར་གྱི་ཡོད་ལ་མྱོང་གི་ཡོད།
 སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་བྲལ་འདོད་དང་། བདེ་བ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་འདོད་པ་དེ་རང་
 གི་ངང་གིས་ཡོད་པ་ཡིན། བདེ་སྤྱག་ལ་ལུས་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་
 ཚོར་བ་བདེ་སྤྱག་གཅིག་དང་། ཡིད་ཤེས་ཀྱི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་
 བ་བདེ་སྤྱག་གཅིག་བཅས་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་ཡང་དངོས་པོའི་གནས་
 རྒྱུ་ལས་ཤེས་པ་ཞིག་ཟེད།



ལུས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་དང་ ནད་ཆོས་ཀྱི་ཕན་ཡོན།

དེས་ན་ལུས་ཆོར་གྱི་བདེ་སྤྱད་དང་། སེམས་ཆོར་གྱི་བདེ་སྤྱད་
 དེ་གཉིས་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་སྟབས། དེ་གཉིས་
 ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། ལུས་སེམས་ཀྱི་
 ཆོར་བ་བདེ་བ་འདོད་པས་ན་དེའི་རྒྱ་བསྐྱབ་དགོས་ལ། ལུས་སེམས་ཀྱི་
 ཆོར་བ་སྤྱད་བསྐྱེད་མེད་འདོད་པས་ན་དེའི་རྒྱ་ཉུང་དུ་གཏོང་དགོས་པ་
 ཡིན། ལུས་ཆོར་དང་སེམས་ཆོར་གཉིས་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་དང་གལ་འགངས་
 ཆེ་ཆུང་བཅིས་ན། ཡིད་ཆོར་གྱི་བདེ་སྤྱད་དེ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོད། དཔེར་
 གན་ ང་རང་ཆོའི་ལུས་ལ་ནད་དང་ན་ཆའི་ན་ཟུག་ཡོད་ཀྱང་། བསམ་
 སྒྲོ་གཏོང་སྤངས་སྤོང་མེད་ཅིག་ཡོད་ཆེ། ན་ཟུག་གཏོང་སྤངས་དེ་འཇིག་
 རྟེན་བཀོད་པ་པོས་བཀོད་པ་རེད། དེ་ལ་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་རེད་སྟེ་
 བ་བྱུང་ན། ལུས་ཆོར་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་མེད་སྤྱད་པས་ཡིད་ཆོར་མི་བདེ་
 བ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོང་རྒྱུ་ཉུང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དེ་ནི་ང་རང་གི་སྤྱད་



བསགས་པའི་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་བསམ་པ་དྲན་སྐབས། སེམས་
ནང་གི་མི་བདེ་བ་དེ་ཉུང་དུ་འགྱོ་གི་ཡོད། དཔེར་ན། ཅེད་མོའི་འགྲན་
བསྡུར་གྱི་མཁན་ནམས་ཀྱིས། ཅེད་མོའི་ཐོག་དཀའ་ལས་ཤུགས་ཆེ་
བརྒྱབ་སྟེ་ལུས་ཐང་ཆད་དེ་ལུས་ཚོར་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་དེ་
དྲང་དུ་ལེན་གྱི་ཡོད། གང་ཡིན་ཞེ་ན། གཟེངས་དྲགས་ཆེན་པོ་རག་པ་
དང་། མིང་ཆེན་པོ་རག་སྐྱེའི་དོན་དུ་ད་ལམ་སྤྲུག་སྟེད་ཀློས་བཏང་ནས་
དཀའ་ལས་སྤྲུག་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཡིད་ཚོར་གྱི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་དོན་དུ་ལུས་
ཚོར་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་འགྱིས་གཞོན་ནས་དྲང་དུ་ལེན་གྱི་ཡོད། དེ་ལས་
ཐོག་སྟེ་ཡིད་ཀྱི་མི་བདེ་བ་ཡོང་བ་དེ་ལུས་ཚོར་གྱི་བདེ་བས་ཟེའ་གྱིས་གཞོན་
མི་ཐུབ་པ་ཡིན།

དཔེར་ན། མི་དེ་ཅང་འཕྲོར་ཕྱུག་ཡོད་ཞིང་། དབང་ཐང་མཆན་
སྟན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་མཐུན་སྟེན་ཆ་ཆང་ཡོད་པས་ལུས་ཚོར་གྱི་
སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡོད་པ་ཆེས་ཉུང་ཉུང་ཡིན། འོན་ཀྱང་སེམས་ནང་འདྲི་གས་
དུ་མའི་སྟེན་དང་། ཡང་ན་འགྲིགས་མིན་དབང་ལས་འཁོན་འཛིན་དང་ཡིད་
ལ་མི་བདེ་བའམ་ཡིད་སྟོ་འབྲུགས་པའི་སྟེན་གྱིས་ལུས་ཚོར་གྱི་བདེ་བ་ཇི་
ཅམ་ཡོད་ཀྱང་། སེམས་མ་སྦྱིད་པ་དེ་མེད་པར་བཟོ་བྱུང་གི་མེད། དེས་
ན་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱུག་དང་། ལུས་ཚོར་གྱི་བདེ་སྤྱུག་གཉིས་བསྡུར་སྐབས།



ལུས་ཚོར་གྱི་བདེ་སྤྱད་དེ་ཤུགས་ཀྱི་སྤྱད་པ་དང་། སེམས་ཚོར་གྱི་བདེ་སྤྱད་
དེ་གལ་འགངས་ཆེ་ཞིང་ཇ་དྲག་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་ཡིན།

དེས་ན་འཇམ་སྒྲིང་གི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མའི་ཐོག་ནས་གཙོ་བོ་ནི་
སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་ལྟར་དེ་འདྲུག་ཅེས་གསུངས་ཡོད། གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་བདེ་
སྤྱད་ཡིན་སྟབས། སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བཟུལ་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་དང་། སེམས་
ཀྱི་བདེ་སྤྱད་མང་དུ་གཏོང་བའི་ཐབས་ཤེས་བྱ་རྒྱུའི་ཐོག་དུ་སྒྲིབས་སྐབས་
Spirituality རྒྱུ་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དེ། ཆོས་ཞེས་པ་དེ་ཡོང་བ་ཡིན།
Religion རྒྱུ་ཆོས་སེམས་ཆོས་ལུགས། ཞེས་པ་དེ་དབྱིན་ཇིའི་ཆོག་མཛོད་
ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་ཆོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་
ཆོག་ཆགས་ཡོད་སྟབས། དབྱིན་ཇིའི་སྐད་དེ་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་
བཞིག་ཆགས་ཡོད། དེས་ན་དབྱིན་ཇི་སྐད་དུ་ Religion ཞེས་པ་
དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ལ་ཡོད་ཆེས་ཡོད་པ་གཞིར་བཞག་པའི་ཆོས་
ལུགས་གཅིག་ལ་ Religion ཞེས་བཛོད་པ་ཡིན་འདྲུག དེས་ན་ནང་
པའི་ཆོས་དེ་ Religion ཟིན་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། མི་འགའ་ཞིག་
གིས་ནང་ཆོས་དེ་ Religion ཟིན་པར་དེ་ནི་ཆོན་རིག་ཅིག་རེད་ཅེས་
བཛོད་པ་དེ་ར་བདེན་པའི་ཆ་ཡོད་པ་ཡིན། Spirituality ཞེས་བཛོད་
ན། ཆོག་དེ་ཅུང་ཆུ་ཆེ་ལ་གྲུ་ཡངས་པོ་ཞིག་ཡོད།



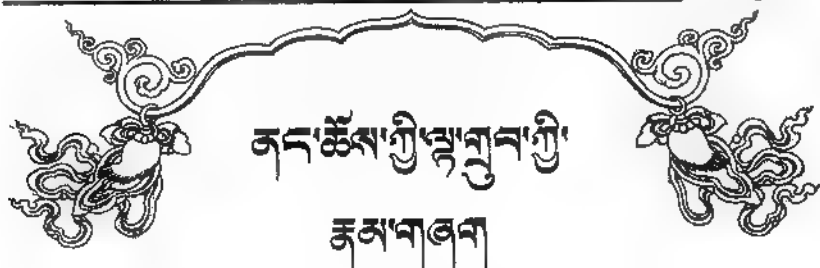
མདོར་ན་སེམས་ཀྱི་སྤྱུལ་བསྐྱུལ་ཉུང་དུ་གཏོང་བྱ་དང་། སེམས་ཀྱི་
བདེ་སྦྱིད་མང་དུ་གཏོང་བྱའི་ཐབས་ཤེས་གཅིག་ལ་ Spirituality ཞེས་
བརྗོད་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་ལ་འང་ནང་གསེས་དབྱེ་ན། ཆོ་འདི་ཁོ་ནར་བདེ་
སྦྱིད་ཡོང་བའི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡོང་ཆོག་པ་ཡིན། རོས་ནས་
Secular Ethics རྒྱུ་ཆས་ལུགས་ཤིས་མེད། ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།
ངེས་པར་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ལྟ་ཡུལ་དང་དག་པའི་ཁིང་ལྟ་བུར་སྐྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་
ཕྱི་མའི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་མི་དགོས་པར་ད་ལྟ་གསོན་པའི་རིང་འདིར་སེམས་
ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་སྐབས་གཏོང་ལེན་ཅི་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། སེམས་
ཀྱི་སྦྱིང་སྟོབས་ཅི་ལྟར་བྱས་ནས་སྤེལ་དགོས་པ་དེ་དག་ནི་དེང་སྐབས་ཚན་
རིག་པ་ནམས་དང་གོ་བསྟར་བྱེད་པའི་གཞི་རྩ་འཕམ་ཁོར་ཡུག་གམ་རྩ་བ་
འདིའི་ནང་ཡིན། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་དང་། ཐར་པ་དང་ཐམས་
ཅད་མཐུན་པའི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་བཤོ་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་མེད།

སེམས་འདུལ་བའི་སྡེ་ཚན་དེའི་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་
གཅིག་དང་། ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་བཅས་གཉིས་བཤད་ཆོག་
པ་ཡིན། ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་སྐད་ཆའི་ནང་དུ་འང་འཛིག་ཅེན་བཀོད་
པ་པོ་འདོད་མཁན་ཀྱི་ནང་དབྱེན་ཅིའི་ཆོག་ཐོག་རོས་ནས་འདི་ལྟར་བརྗོད་
ཀྱི་ཡོད། God Religion རྒྱུ་ཆས་ལུགས་ཤིས་མེད་པ་པོའི་ཆོས། དང་།



Godless Religion ༼འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཆོས༽

ཞེས་པ་དེ་རྒྱ་ཆེ་རུ་བཏང་སྟེ། ལེགས་སྦྱར་སྐད་ནང་རྒྱ་ཞེས་པ་དེའི་
 ཐོག་ནས་བཤད་ན། འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་གཅིག་
 དང་། འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་གཅིག་བཅས་གཉིས་
 ཡོད། ཡང་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་ལྷགས་གྱི་
 རང་དུ་ཡང་། ཁ་སང་བཞེད་པ་ལྟར་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་
 རང་པའི་ཆོས་ཆགས་ཡོད། གོང་དུ་ཞུས་པ་ནི་ནང་ཆོས་ཆགས་ཡོད།



དེ་ཡིང་ཆོས་འབྲེལ་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཁ་སང་ཁྱིད་རང་ཆོར་དཔེ་ཆ་འདི་
དང་འདི་ལྟ་བུ་འབྱིད་ན་བསམ་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་དམ་ཞེས་བསམ་འཆར་ཇི་
ཡོད་ཀྱིས་པར་ཁྱིད་རང་ཆོས་ཐོ་ཁ་གསལ་བཞིན་འདུག དུས་ཆོད་དེ་ཙམ་
མེད་ཅིང་། ང་ལ་བསམ་སྒྲུབ་ཞིག་འཁོར་བ་ལ། ཁྱིད་རང་ཆོ་པལ་མོ་ཆེས།

ཕྱི་ག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །

དཔེ་བ་ཕྱན་ཕྱུང་ཆོག་པ་པར་བྱོད། །

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །

དེ་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡིན། །

ཞེས་པའི་ཆོག་ས་བཅད་འདི་དང་། དེ་བཞིན།

སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་།

ལྷན་མཐོང་པ་ལྟར་དང་། །

ཕྱི་ལམ་སློབ་དཔེ་ཉེ་ཉུང་། །

འདུས་བྱས་ཆོས་ནམས་དེ་ལྟར་ལྟ། །



ཞེས་པའི་ཆོག་ས་བཅད་འདི་གཉིས་སྟོ་ལ་འགྲོ་མཁན་རྣམས་ལག་
 པ་རྒྱུངས་དང་། སྟོ་ལ་འགྲོ་མཁན་མང་པོ་དེ་ཅམ་མི་འདུག་ཀྱང་། ཆོག་ས་
 བཅད་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་ན་བསམ་བྱུང་།

སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནི་གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་ལྟ་བུ་རྟེན་འབྱུང་
 ཞེས་པ་དེའི་ཐོག་དུ་སྒྲེབས་ཤིང་། ལྟ་བུ་རྟེན་འབྱུང་དེ་ལ་རྒྱ་འབྲས་རྟེན་
 འབྱུང་དང་། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་སྡེ་
 བ་ལས། རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་གི་ཐོག་ནས་སྒྲིག་སྟངས་དག་སྒྲུབ་ཅེས་པ་
 དེ་སྒྲེབས་ཡོང་གི་ཡོད། བདེ་བ་ཞེས་པ་དེ་རང་རང་གི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་
 ཡོང་གི་ཡོད་ལ། སྒྲུག་བསྐྱེལ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱ་ལ་བརྟེན་
 ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པས་ན། སྒྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་སྒྲིག་པ་སྟངས་བཤད་། བདེ་
 བའི་རྒྱ་དག་བ་བསྐྱབ་དགོས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེའི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་ལ་ཡང་། མངོན་
 མཐོ་ལྟ་མའི་ལུས་རྟེན་དང་། དེས་ལེགས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
 པ་གཉིས་ཡིན།

དེ་ཡང་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབས་ཀྱིས་དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྒྲེང་བའི་ནང་དུ་
 གསུངས་པ་ལྟར་། མངོན་མཐོ་དང་དེས་ལེགས་གཉིས་པོ་དེ་ང་ཆོའི་བསྐྱབ་
 བྱ་ཡིན། བསྐྱབ་བྱ་དེ་གཉིས་ཡོང་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ང་ཆོར་
 དགོས་པ་ནི་བདེ་སྦྱིད་ཡིན་ཞིང་། རང་ལ་ངང་གིས་བདེ་བ་འདོད་པ་ཞིག་



ཡོང་གི་ཡོད་པ་དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་དང་ལྷན་པ་ཞིག་དང་། ཐོབ་ཐང་ཡོད་པ་
 ༡༡ ཞིག་ཀྱང་ཡིན། འདོད་པའི་བདེ་བ་དེ་ལའང་གཟུགས་སྒྲིལ་རྩི་རྩི་ལྟ་བུ་
 ལྟ་བུ་འདོད་ཡོན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་དང་། དེ་བཞིན་སེམས་ཁི་བདེ་ཡོད་པའི་
 ཐོག་ནས་མངོན་མཐོའི་ཕུན་ཚོགས་སེམས་མངོན་མཐོའི་བདེ་སྦྱིད་གཅིག་
 དང་། སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ནས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་རྟེན་འབྱུང་
 ཞེས་པའི་བསམ་བློ་ཞིབ་ཆགས་པ་འདིའི་ཐོག་ཏུ་དགོངས་པ་བཞེས་སྐབས།
 ང་ཚོར་སྤྱད་བཞུགས་ཡོང་བའི་ཆགས་སྤང་གི་རྩ་བ་ལྟ་བུ་ནི་གཏི་མུག་བདེན་
 འཛིན་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པ་དང་། གཏི་མུག་བདེན་འཛིན་དེ་དག་སྤོང་རྒྱ་
 ཡོད་པ་ཞིག་ར་འཕྲོད་སྐབས། གཏི་མུག་བདེན་འཛིན་སྤངས་པའི་ཐར་
 པ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་ཆོག་པ་དང་། དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ན་ཐར་པའི་གོ་འཕང་
 ཐོབ་ན་གཏན་དུ་བདེ་བ་ཡིན། དེས་ན་ངེས་ལེགས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་གི་
 བདེ་སྦྱིད་གཅིག་བཅས་བདེ་སྦྱིད་གཉིས་ཡོད།

རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྱུང་དེས་བསྟོམས་བརྒྱུ་ནས་སྤྲིག་པ་སྤོངས་
 ལ་དགེ་བ་སྤྱད་བཅས་པའི་མངོན་མཐོའི་བདེ་སྦྱིད་སྤྱད། བརྟེན་ནས་བཏགས་
 པའི་རྟེན་འབྱུང་གི་ཐོག་ནས་མ་རིག་པ་སྤོང་བྱུང་ལ། མ་རིག་པ་སྤངས་
 པའི་བྲལ་བའི་ཡོན་ཏན་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ནི་ངེས་པར་ལེགས་པ་སྤྲེ་གཏན་
 དུ་བདེ་བ་དང་། འཁྱུར་བ་མེད་པའི་བདེ་བ་རེད། འགོག་པར་ ཞི་བ།



གྲོལ་མ་། དེས་འབྲུང་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་གཏན་དུ་གྲོལ་མ་པ་
དང་འབྲུར་བ་མེད་པ། དངོས་གནས་སྒྲོ་ཡོངས་སུ་ཆོམ་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན།

དེས་ན་སྤྱུག་ཀྱན་གཉིས་ཉེ་བར་ནི་བའི་འགོག་པ་དང་། དེ་ལྟ་
བུའི་འགོག་པ་དེ་སྤྱུག་བསྐལ་བྲལ་ཙམ་གྱི་དོན་མིན་པར། གཏན་དུ་བདེ་
བ་ཡིན་པས་ན་ནི་བ་དང་། སེམས་ཡོངས་སུ་ཆོམ་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་
འགོག་པ་ནི་བ་གྲོལ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། སྤྱུག་བསྐལ་རྒྱ་དང་བཙས་
པ་ལས་གཏན་དུ་ཐར་བའི་དེས་པར་འབྲུང་བ་བཙས་གསུངས་ཡོད། དེས་
ན་དེ་ནི་གཏན་དུ་བདེ་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ན་དེས་པར་ལེགས་པ་སྟེ་དེས་ལེགས་
ཐར་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། བསྐྱུ་བ་བྱ་མདོན་མཐོའི་བདེ་སྦྱིད་གཅིག་
དང་། དེས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་གཅིག་བཙས་གཉིས་གསུངས་ཡོད། དེ་
དག་ཡོང་བའི་གཞི་རྩ་ཡང་། གཞི་དངོས་པོའི་གནས་རྒྱལ་ལ་སེམས་ཀྱི་
བདེ་སྦྱིད་དང་། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ་ཞེས་པ་འདི་སྟེ་བས་
ཡོང་གི་ཡོད། སེམས་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཞེས་པ་དེའི་སྟེང་ནས་དེ་དག་
སྐྱབ་ཡོང་གི་ཡོད།



ཀྱུ་སྒྲོང་དང་། ཕྱི་ནང་ཁྱུ་
མོང་གི་ཉམས་ལེན།

དེས་ན་ཆོས་ཉན་བཤད་བྱེད་སྐབས་ཐོག་མར་ཀུན་སྨོང་ཡག་པོ་
 ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། འཆད་པ་པོའི་ངོས་ནས་ཀུན་སྨོང་ཡག་པོ་ཞིག་དང་།
 ཉན་པ་པོའི་ངོས་ནས་ཀྱང་ཀུན་སྨོང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ཆོས་
 ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་ཞིག་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་སུ་འགྲོ་
 བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་ཀུན་སྨོང་རྣམ་པར་དག་པ་དགོས་པ་སྟུག་
 དཔོན་སྨོབ་བཅའ་མཐོང་བ་གཉིས་ཀྱི་ངོས་ནས་ཀུན་སྨོང་ཡག་པོ་ཞིག་བཅོས་
 དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོག་མ་ལན་གསུམ་མཉམ་
 ཏུ་འདོན་རྒྱུ་ཡིན།

སངས་ཁྱེས་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །

བྱང་ཆུབ་པར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

བདག་གི་ས་སྤྱིན་སྟེགས་པའི་ཆོག་སྐྱེས་ཀྱིས།

འགྲོ་ལ་ཕན་ཁྱིམ་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག །

ཅེས་ལན་གསུམ་གསུང་འདོན་གནང་།



དེས་ན་བསྐྱབ་བྱ་མངོན་མཐོའི་བདེ་བ་ཅམ་བསྐྱབ་བྱ་ནི་ནང་ཆོས་
གཅིག་པུ་མིན། ལུ་སྟེགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ནང་དུ་འང་མངོན་མཐོའི་བྱ་ཆང་
བ་ལྟ་བུ་ཕལ་ཆེར་ཡོད་པ་ཡིན། མངོན་མཐོ་འདོད་པའི་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་
བསྐྱབ་བྱ་འདི་ཕལ་ཆེར་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཐུའི་གཟུགས་སྐྱ་
དྲི་རོ་སོགས་ལ་གཡེང་བའི་སེམས་ཉེ་བར་ཞི་ནས་ནང་སེམས་ཀྱི་ཏིང་འཛིན་གྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་དང་། དེ་རྗེས་ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་ཁོ་ནས་ལོངས་
སྟོད་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་བསྐྱབ་བྱ་བཅས་ཏིང་འཛིན་གྱི་མཐུ་
ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་དག་སྤྱི་རོལ་ལུ་
སྟེགས་པའི་གཞུང་ནང་དུ་འང་ཡོད་པ་ཡིན། དེར་སྐབས་ཀྱི་ལུ་སྟེགས་
པའི་སྟོན་པ་འགའ་ཞིག་ཏིང་འཛིན་གང་འཆམས་བརྟན་པོ་ཡོད་པ་དེ་
འདྲ་ཡོད་པ་འདྲ་འདུག དེས་ན་མངོན་མཐོ་བསྐྱབ་བྱ་ཅམ་ནི་ཐུ་ནང་ཐུན་
མོང་བ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ཡེ་ཤུ་དང་ཁ་ཆེའི་ཆོས་ལ་སོགས་པ་འཛིན་ཉེན་བཀོད་
པ་པོ་འདོད་མཁན་གྱི་ཆོས་ལུགས་དེ་ཆོའི་གས་ཀྱིས་རང་གི་གྲུབ་མཐའི་
ལུགས་ནས་སྦྱོར་བ་སྤྱི་མ་འདོད་ཀྱི་མེད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་ནས་
བཞུགས་ན་སྦྱོར་བ་ཡོད་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ཆོ་འདིར་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡོད་
ཆེས་བྱས་ཏེ་བྱམས་དང་སྦྱིང་རྒྱུ། བཟོད་པ་དང་ཆོག་གེས་སོགས་བསྟོམས་



དེ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཞན་པ་ཀྱི་བྱ་བ་ལྟར་བྱེད་པ་
པ་བཅས་བྱས་ན་དགེ་བ་གསལ་གཤིས་ཡོད་པས། དེས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་མངོན་མཐོའི་
ལུས་རྟེན་ཐོབ་པ་ཏན་ཏན་ཡོང་བ་ཡིན།

རང་གི་གྲུབ་མཐའ་ནས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་
ཏུ་བཤད་མེད་ཀྱང་། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལ་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་མངོན་མཐོའི་
གོ་འཕང་ཐོབ་ཏུ་ཡོད། དེས་ན་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་བྱམས་པ་དང་
བརྩེ་བ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཆང་མར་མངོན་མཐོ་བསྐྱབ་
ཏུ་འོ་ལྷས་པ་ཡོད་པ་ཕལ་ཆེར་བཟོད་བྱུང་བས་དེ་ནི་ཐུན་མོང་བ་ཡིན།

མངོན་མཐོ་སྐྱབ་པ་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་གཞུང་ནས་མི་དགེ་
བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། མི་དགེ་བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་
ཁྲིམས་ཞེས་པ་དེ་ཡང་། ཕལ་མོ་ཆེ་ཆོས་ལུགས་གཞན་དང་ཐུན་མོང་བ་
ཡིན། ཡེ་ཤུ་དང་དོན་རྒྱུའི་ཆོས་པ་ལ་ཆ་བཞག་ན། སྟོག་གཅོད་སྟོང་
བ་དང་། མ་བྱིན་ལེན་སྟོང་བ། ལོག་གཡེམ་སྟོང་བ། མི་ཆངས་སྟོང་
སྤངས་ནས་ཆངས་སྟོང་བཞེན་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་ལྷ་སྟེགས་པའི་
ནང་དུ་འང་ཆངས་སྟོང་བཞེན་མཁན་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་རྩན་དང་།
ཐུ་མ། ཆོག་རྩུབ། ངག་ཀྱལ་བཅས་ངག་གི་བཞི་པོ་ནམས་སྟོང་བ་ཡོད་
ཅིང་། དེ་བཞིན་བརྒྱུ་མེམས་དང་། གཞོད་མེམས་དེ་དག་སྟོང་བ་ཡོད་



པ་མ་ཟད། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ནང་ཞེན་ཆགས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ནི་མི་རུང་
བར་གསུང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་གཞོན་སེམས་སྤྱོད་བ་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་
དག་ནི་ཆོས་ལུགས་ཚང་མའི་ནང་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བརྒྱུ་སེམས་
དང་གཞོན་སེམས་གཉིས་ནི་སྤྱིར་བཏང་གི་ཆགས་སྤྱང་ཅམ་མིན། འདིར་
ལུགས་ལྟར་བཞིན་ལྟ་བུ་བཅིས་ན་ཅིས་རྒྱུ་ཡོད། བརྒྱུ་སེམས་ཡིན་ན་འདོད་
ཆགས་ཡིན་པས་བྱུང་ལ། འདོད་ཆགས་ཡིན་ན་བརྒྱུ་སེམས་ཡིན་པས་
མ་བྱུང་། དེ་བཞིན་གཞོན་སེམས་ཡིན་ན་ཞེ་སྤང་གི་སྒོ་ཅན་ཡིན་པས་བྱུང་
ཅིང་། ཞེ་སྤང་གི་སྒོ་ཡིན་ན་གཞོན་སེམས་ཡིན་པས་བྱུང་གི་ཨེ་ཡོད། དེ་
ལ་ཕྱི་རགས་ཀྱི་བྱུང་བར་མེད་དམ་སྙམ། མདོར་ན་བརྒྱུ་སེམས་དང་
གཞོན་སེམས་དེ་དག་ཀྱང་བྱུན་མོང་བ་ཡིན།

ལོག་ལྟ་ནི་རང་རང་གི་ལྟ་བུ་ནས་བཤད་པའི་ལོག་ལྟ་རེ་ཡོང་
བ་ཡིན། ཆོས་ལུགས་སེ་སེའི་ལུགས་ཀྱི་ལོག་ལྟ་རེ་བཞག་བྱུང་བ་ཡིན།
དཔེར་ན། ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་པའི་ནང་ཆ་བཞག་ན། ཆོས་
ཐམས་ཅད་བདེན་གྱུ་བ་ཡིན་པ་ཐག་གཅོད་མཁན་གྱི་བྱེ་བྲག་སྒྲིབ་དང་། མདོ་
སྡེ་པ། སེམས་ཅམ་པ་དེ་དག་ལ་སྒྲོ་འདོགས་ལོག་ལྟ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
བཞིན་ཆོས་རྒྱལ་ངོ་བོ་ནི་དེ་གིས་མ་གྱུ་བ་བ་ཡིན་ན། གཏན་ནས་མེད་
ཅེས་བརྗོད་པ་དེ་ཡང་ཆད་ལྟ་རེ་དེ་ཅེས་ཆེད་མངགས་སྤངས་པས་ན། མདོར་



ན་སྒྲོ་འདྲིགས་ལོག་ལྟ་ཐོག་ཏུ་ལྷུང་ཡོད། དེས་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་
 ཆོས་པའི་ནང་དུ་འང་སྒྲོ་འདྲིགས་ལོག་ལྟའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་མང་
 པོ་ཡོད། ཐ་སྙད་དུ་རང་མཚན་ཅ་བ་ནས་ཁེགས་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་མིང་
 བདས་བཞག་ཅམ་དང་། ཉོག་པས་བཏགས་ཅམ་དེས་པའི་སྒྲོ་དེ་ནི་སྒྲོ་
 འདྲིགས་མཐའ་དག་སེལ་བ་ལས། དེ་མིན་གྱི་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་དེ་
 དག་ཀྱང་སྒྲོ་འདྲིགས་ལོག་ལྟའི་ནང་དུ་ལྷུང་ཡོད། དེས་ན་ལོག་ལྟ་འདྲ་
 མིན་མང་དུ་བཞག་ཆོག་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྐབས་འདིར་ནང་པ་སངས་
 རྒྱུས་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་མི་དགེ་བཅུ་སྟོང་གི་ལོག་ལྟ་ནི། ལྷུང་
 འདེབས་ཀྱི་ལོག་ལྟ་ལ་བཞད་ཡོད། དེས་ན་དེ་དག་ནི་ཕྱི་ནང་ཐུན་མོང་
 པ་ཡིན།



དེས་ལེགས་ཐར་པའི་ གོ་འཕང་།

ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་དེ་གང་
 ཡིན་ཞེ་ན། དེས་ལེགས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། གཅེར་བུ་
 བ་དང་མུ་སྟེགས་པའི་གཞུང་ནས་ཐར་པའི་མིང་བཤད་ཡོད་ཀྱང་། བདག་
 ཏུ་ཆུ་བ་དེ་ཅ་བར་བཞག་པས་ན། གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་
 པའི་འཛིན་པ་དང་། གང་ཟག་རང་རྒྱ་བུ་པའི་རྣམས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་
 འཛིན་པ་ལྟན་སྟེས་ཡོད་པའི་ཐོག་རྟག་གཅིག་རང་དབང་དུ་ཆུ་བའི་འཛིན་
 པ་ཀུན་བཏགས་དེ་ཡང་གཞི་ལ་བཞག་ཡོད། ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་
 ཁོ་ན་ལས་དེ་མིན་ཆོས་ལུགས་ཡོངས་སུ་ཉེ་གས་པས་བདག་འཛིན་ལྟན་སྟེས་
 ཡོད་པའི་ཐོག་བདེན་འཛིན་ཀུན་བཏགས་བརྟན་པོ་བཟོ་གི་ཡོད། ཆོས་
 ལུགས་ཆང་མས་ནམ་ཤེས་ཞེས་པ་ཞིག་ཤོད་ཀྱི་ཡོད། མུ་སྟེགས་པའི་
 གཞུང་ནང་ཨ་ཏ་མ་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་བདག་ཏུ་ཆུ་བ་དེ་བརྟན་
 དུ་གཏོང་གི་ཡོད། སྤང་པོར་དབང་སྦྱར་མཁན་གྱི་བདག་དེ་སྤང་པོ་ལས་
 དོན་གཞན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཤོད་ཀྱི་ཡོད།



དེས་ན་སངས་རྒྱུ་པའི་གཞུང་ནས་ཇི་སྲིད་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་དེ་མ་
 རྟོར་བར་ཐར་པ་ཐོབ་མི་བྱུང་ཅེས་གསུངས་ཡོད། བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་དེ་སྲིད་
 དགོས་པས་ན། བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ལྟ་སྒྲིམ་དེའི་ཐོག་ཏུ་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཀུན་
 བཏགས་དེ་བསྒྲུབ་པས། དེ་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་བཏན་ཏུ་བཏང་བ་ཡིན། དེས་
 ན་ངེས་ལེགས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཞེས་པའི་ཐར་པ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་བཞག་
 གི་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། དེ་ཁོ་ན་ནིད་ལ་ལྟོངས་པའི་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་
 འཁོར་བར་བཅིངས། དེ་ཁོ་ན་ནིད་ལ་ལྟོངས་པའི་མ་རིག་པའི་གཉེན་པོ་
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྒྲིམ་ནས་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་འཕམ་དེ་ཁོ་
 ན་ནིད་ལ་ལྟོངས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་ཉོན་མོངས་མཐའ་དག་སེམས་
 གྱི་ཆོས་ནིད་ཀྱི་ངང་དུ་ཞི་སྲོང་བ་ཡིན། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་ལྟོངས་
 པའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་སྒྲིན་ནམས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་
 པ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་སྐབས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་
 པའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དང་བཅས་པ་ནམས་དེའི་དབྱེངས་
 ལུ་ཞི་འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་ནི་ངེས་ལེགས་ཐར་པ་ལ་བཞག་གི་ཡོད། དེ་ནི་
 ནང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ལས། བདེན་བཞིའི་རྣམ་གཞག་གསུངས་
 ཏེ་སྐྱུག་ཀུན་ཉེ་བར་ཞི་བའི་འགོག་པ་ཞེས་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་
 ལམ་ཀྱི་བདེན་པ་ཞེས། མདོར་ན་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་།



བདག་མེད་པའི་ལྷ་བདེ་གའི་ཐོག་ནས་ངེས་ལེགས་ཀྱི་ནམ་གཞག་དེ་ཐོན་
ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ངོ་མ་
དེ་ངེས་ལེགས་བསྐྱབ་རྒྱུ་དེའི་ཐོག་ཏུ་སྒྲེབས་ཡོང་གི་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཡིན་སྐབས། རྒྱིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་
ཡོད། དེ་ཡང་དགེ་བ་དང་རྒྱིག་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་འཛོག་རྒྱུ་ལས།
རང་བཞིན་གྱིས་དགེ་རྒྱིག་ཅེས་དོག་དོག་རང་མཚན་པ་ཞིག་བཞག་མི་བྱུང་།
དེས་ན་གཙོ་བོ་འབྲས་བུར་བརྗོད་ནས་དགེ་རྒྱིག་བཞག་གི་ཡོད། བན་པའི་
རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་དགེ་བ་དང་། གཞོད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་
ཞིག་ཡིན་ན་རྒྱིག་པ་ཞེས་བཞོད་བྱུང་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ང་རང་ཆོ་ཆང་མ་
སྟུག་བསྐྱལ་མི་འདོད་པ་ཡིན། སྟུག་བསྐྱལ་ཞེས་པ་ནི། སྟོང་འཇུག་ལས།
ཐོག་མེད་བདེ་སྟུག་ལས་ལས་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ང་རང་ཆོའི་ལུས་འདི་སྐྱབ་པའི་རྒྱུ་ཡར་
རིམ་དེད་གྱིས་བསམ་མཐོ་བཏང་ན་ཕྱ་རབ་ཀྱི་རྩལ་ཞིག་སྟེ། རྩལ་འཁོར་
གྱི་གཞུང་ནས་མཁའ་ལི་རྩལ་ཞེས་པ་ཞིག་གསུང་གི་ཡོད། མངོན་པ་གོང་
མའི་ནང་དུ་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་བརྗོད་མེད་དུ་འཆར་རྒྱུ་ཡོད་པ། འོན་
ཀྱང་དེ་དབང་པོའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན་། མི་
ལམ་གསལ་པོར་གདོང་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་གཟུགས་སྒྲུ་དེ་དག་ཡིད་སྒོ་



ཁོ་ནར་ཤར་བ་ལས། དབང་ཤེས་ཀྱིས་རིག་ཀྱི་མེད། མི་ལམ་གྱི་གནས་
སྐབས་སུ་དབང་ཤེས་འགགས་ནས་དབང་པོའི་ཤེས་པས་དངོས་སུ་བྱ་བ་
བྱེད་ཀྱི་མེད། དེ་ནི་ཡིད་ཤེས་ཁོ་ནའི་སྡོད་ཡུལ་ཡིན། འོན་ཀྱང་གཟུགས་
སྒྲིའི་སྒྲུང་བ་དེ་དག་འགོག་མེད་དུ་འཆར་ཡོང་གི་ཡོད།

དེས་ན་དེ་དག་གཟུགས་ཀྱི་གསལ་སྒྲུབ་བཞག་པ་དང་། འོན་ཀྱང་ཡིད་
ཤེས་ཁོ་ནར་སྒྲུང་གི་ཡོད་པས་ན། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་གཟུགས་ཞེས་
གསུང་གི་ཡོད། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་གཟུགས་ཞེས་གཟུགས་མི་འདྲ་བ་
ལྟ་ཡོད། འདུས་པ་ལས་གྱུར་པའི་གཟུགས་དང་། ཀྱན་བཏགས་པའི་
གཟུགས། མངོན་པར་སྐབས་ཡོད་ཀྱི་གཟུགས། དབང་འཕྱོར་པའི་
གཟུགས་བཅས་ལས་མི་ལམ་གྱི་སྒྲུང་བ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ནི་ཀྱན་བཏགས་པའི་
གཟུགས་ཡིན། དབང་འཕྱོར་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཐོག་ནས་བྱུང་པའི་
གཟུགས་ནི་དབང་འཕྱོར་པའི་གཟུགས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། མངོན་པར་སྐབས་
ཡོད་ཀྱི་གཟུགས་ཞེས་པ་ནི་འོད་ཀྱི་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་ཐོག་དུ་བསམ་མཁོ་གཏོང་
གི་མེད་དམ་སྙམ་པ་ཞིག་ཡོད། གཟུགས་ཅན་ཞིག་ཆགས་པས། དེར་
སྐབས་ཆད་མཐོའི་ཆེ་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལྟ་བ་དང་། ཅིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
འོད་དེ་གཟུགས་ཡིན་པ་དང་། རྩལ་གཅིག་ནས་བསམ་མཁོ་བཏང་ན་འོད་
དེ་གཟུགས་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། ཁོ་རང་ལ་འདྲ་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཡོད་པ་



ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་མངོན་པར་སྐབས་ཡོད་ཀྱི་གཟུགས་ཞེས་པ་དེ་མིན་ནས་
སྐུ་པ་ཞིག་འདུག

དེས་ན་ང་ཆོའི་ཡུང་པོ་དང་། དེ་ཡང་ད་ལྟོ་འདི་ལུས་འདིར་
ཆ་བཞག་ན། མིའི་ལུས་ཀྱི་རིགས་རྒྱ་ན་ཅིས་ན་མངལ་དུ་ཉིང་མཆམས་
སྤྱར་བའི་སྐབས་སུ་འགོ་ལ། ལུས་འདིའི་རྩ་རྒྱ་ཡར་དེད་ན། ས་
མིའི་ཁྲ་ཁྲག་དང་། དེའི་ཡང་ས་མིའི་ཁྲ་ཁྲག་བཅས་ས་མ་རྣམས་ཡར་རིམ་
དེད་བྱས་ན་སློག་ཆགས་འབྱ་སྲིན་ཆེ་སློག་ཐོག་མར་ཆགས་པ་ནས་རིམ་བཞིན་
ཆགས་པའི་སེམས་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་སློག་གཅིག་ཆགས་པ་དང་། སེམས་རྣམས་ཀྱི་
ཆེ་སློག་དེ་མ་ཆགས་པའི་གོང་དུ་སེམས་མེད་པེམ་པོའི་ཆེ་སློག་གཅིག་འཇམ་
སྒྲིང་འདིའི་ཐོག་གྱུབ་ཡོད། Darwin's Theory ཉན་པ་ཅིན་གྱི་
གྱུབ་མཐའ། ཅས་བཤད་པ་དང་ང་ཆོའི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཤད་པ་གཉིས་
གཅིག་མཚུངས་ཡིན། འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་སྤྱི་སྤྱི་འབྱུང་འགྱུར་
གྱི་ཆོས་རྣམས་འབྱུང་བ་བཞི་ལས་བྱུང་བ་དང་། འབྱུང་བ་བཞི་པོ་ནི་སྐྱེ་
རྒྱུ་བྱལ་ཐབས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་རྒྱ་ལ་ཕྱ་མོའི་འགོ་བཞིག་
འདུག དེས་ན་ད་ལྟོ་འདི་ལུས་འདིའི་རྩ་རྒྱ་དེད་ན་ལོ་ས་ཡ་དང་། རྩ་
བ། དུང་ལྟར། ཐེར་འབྲུམ་མང་པོའི་གོང་གི་རྩ་རྒྱ་ཕྱ་མོ་དེ་དག་
ལས་ཡོང་བ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་དེ་ཐོག་མེད་པ་ནས་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན།



དབུ་མ་བཞི་པ་ལས། དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་ལ་ཐོག་མའི་རྒྱན་མེད། མཐའ་
མའི་རྒྱན་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། ཁ་སང་བཀའ་མོལ་རགས་ཅམ་བྱང་
བ་ལྟར་དེ་ནི་ལྡན་རྒྱན་གྱི་སྒྲིབ་པ་དེ་ཡིན།

ཞེས་པའི་རྒྱན་དེ་ཡང་བསམ་མོལ་བཏང་ན། རིགས་འདྲ་ཐོག་མ་
བཞག་མི་བྱལ་ཅེས་ཞུས་པ་ལྟར་རེད། ལུས་ཀྱི་ལྡན་རྒྱན་ལ་བསམ་མོལ་
བཏང་ཡང་ཐོག་མ་འཛོག་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་རེད། དེ་ནི་རང་བཞིན་རྒྱན་
སྒྲིབ་ཀྱིས་ཡོང་བཞིག་ཡིན། དེས་ན་ང་ཚོའི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་པ་
བྱེད་ལུགས་ལ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིག་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་ནི་རང་
བཞིན་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དབང་གིས་བྱང་བ་ལས། དེ་ནི་སྒྲིབ་པའི་རྒྱན་བཟང་
ངན་ཞིག་གིས་དབང་ལས་བྱང་བ་གང་ཡང་མིན། དེའི་སྒྲིབ་ནས་དབྱང་
སྐབས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིག་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

དེ་བཞིན་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིག་པ་སྟེ། ལྡན་མང་པོ་འདུས་པའི་
གནས་སྐབས་གཅིག་ལ་ཆ་བའི་རིག་བྱ་སྒྲིབ་པ་དེ་ལ་མེད་པ་སྟེ་བྱས་པ་
དང་། རྫོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ལ་མེ་ཞེས་བཞེད་པ་ལས། འབྱུང་
བ་མེ་ཞེས་བཞེད་སྐབས་མེ་འབར་བཞིག་མི་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱན་ཞིང་
གཤེར་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ལ་འབྱུང་བ་རྒྱ་ཞེས་བཞེད་པ་དེ་དག་ནི་
སྐྱོ་སྐྱོ་སྐྱོ་སྐྱོའི་འབྱུང་བ་རང་རང་གི་རྒྱས་པ་ཤུགས་ཆེན་པོ་སྟེ་བས་པའི་



སྐབས་སུ་བྱེད་ལས་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོང་བ་དེ་ཤོད་གྱི་མེད་དམ་སྙམ།

ལྷོ་ས་པའི་རིག་པ་ཞེས་པ་ནི། དེ་དག་ཀྱང་རང་རང་གི་རྒྱ་དང་
རྒྱུན་ལ་ལྷོ་ས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། ལྷོ་ས་པའི་རིག་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།
དེ་དག་གཞི་ལ་བཞག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་གྱི་བྲིམས་
ལྷགས་ཡིན། དེ་དག་རང་བཞིན་གྱི་བྲིམས་ལྷགས་ཡིན་པ་ལས། ལས་
གྱིས་བཟོས་པ་མིན་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འཕྲིན་ལས་གྱིས་གྲུབ་
བ་ཡང་མིན། དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་རང་
བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་དེ་དག་གཞི་ཅུར་བཞག་པའི་ཐོག་ཤེས་པ་གསལ་རིག་
གི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་ཡོད་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རིག་པ་དང་། ཤེས་པ་ཤན་
ཚུན་བརྩོམས་སྐབས་འགྱུར་བ་འགོ་བཞི་ཤེས་པ་བྱེ་བྲག་པ་སོ་སོར་བྱེད་
ལས་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་པ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རིག་པ་ཡིན། བྱ་བ་མི་འདྲ་
བ་རེ་ཡོད་པའི་ཤེས་པ་བརྩོམས་སྐབས། དཔེར་ན་ཞེ་སྤང་ལྷགས་ཆེ་རུ་
འགོ་སྐབས་སྤིང་ཇེ་ལྷགས་ཆུང་དུ་འགོ་བ་དང་། སྤིང་ཇེ་ལྷགས་ཆེ་རུ་
འགོ་སྐབས་ཞེ་སྤང་ལྷགས་ཆུང་དུ་འགོ་བ་འདི་དག་ནི་ཤན་ཚུན་ལྷོ་ས་པ་
ཞིག་ཡིན། སྤིང་ཇེ་འོ་མས་པ་འཕེལ་སྐབས་ཞེ་སྤང་གིས་ཡིད་མི་བདེ་
བ་དེ་ཇེ་ཉུང་དུ་འགོ་བ་དང་། ཞེ་སྤང་གིས་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཇེ་ཉུང་དུ་འགོ་
སྐབས་ཡིད་མི་བདེ་བ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ཞེ་སྤང་དེ་ཡང་ཇེ་ཉུང་དུ་



འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་དག་ནི་རྒྱ་འབྲས་བཅས་སྒོ་ས་པའི་རིགས་པའི་ཐོག་ཏུ་
འགྲོ་གི་ཡོད། དེ་དག་གཞི་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་ར་ཆོ་སྤྱག་བསྐལ་མི་
འདོད་པ་ཡིན་པས་ན། སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བཤད་ན། ལུས་
རག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་ལས་ཀྱི་ཐིག་པའི་ལས་
ཞེས་པ་དེ་ནམས་མེད་པར་བརྗོད་གོས་པ་ཡིན། ལུས་རག་ཡིད་གསུམ་
གྱི་སྒོ་ནས་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་ལས་དེ་དག་ཀྱང་རང་དབང་གིས་མི་ཡོང་
བར་དེ་ནི་ཀུན་སྒོང་གི་དབང་གིས་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་ཀུན་སྒོང་གི་གནས་
སྐབས་སུ་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་སྒོ་དེ་དག་ཅུང་དུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་པ་ནི་
འཐད་སྒྲུབ་ཀྱི་རིག་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

གཞི་ཡི་གནས་ཚུལ་འདི་སྒྲ་ཡིན་པས་ན། ར་ཆོ་སྤྱལ་བསྐལ་
མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་ཡིན་སྐབས། སྤྱལ་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་དང་།
རྒྱུ་མཆས་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་དང་། བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་རྒྱ་དང་རྒྱུ་མཆས་མང་
དུ་གཏོང་དགོས་ཞེས་རྒྱ་མཆན་གྱི་ཐོག་ནས་བསམ་མཐོ་བཏང་སྟེ་འདི་དང་།
འདི་འབྲེལ་བ་དང་། དེ་དང་འདི་འབྲེལ་འདུག་ཅེས། འདོད་པ་བདེ་
སྦྱིད་འདོད་ཅིང་སྤྱལ་བསྐལ་མེད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡིད། འོན་ཀྱང་དེ་
དག་ཡིང་བཞི་རྒྱུ་རྒྱུ་གཞི་གནས་སྐབས་སུ་བདེ་བ་མང་དུ་འགྲོ་བའས་ལ་
བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་རྒྱ་དགེ་བ་བསྐྱུབ་དགོས་པ་དང་། སྤྱལ་བསྐལ་ཉུང་དུ་གཏོང་།



ཐབས་ལ་སྤྱག་པུལ་གྱི་རྒྱ་རྒྱིག་པ་སྤོང་བ་དང་རྩེ་ཉུང་དུ་གཏོང་དགོས་
ཞེས་པ་དེའི་ཐོག་དུ་སྐྱེ་བས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན།

རྒྱིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། ད་ལྟ་བཞིན་དགོས་པ་ཞིག་ལ། རྒྱ་འབྲས་
ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འགོ་སྤངས་གཅིག་དང་། བདེ་
སྤྱག་ཅེས་པ་དེ་ཆོར་བ་འཕམ་སྤོང་བ་ཡིན་ཞིང་། སེམས་སམ་ཤེས་པའི་བྱེ་
བྲག་གཅིག་ཡིན། ཤེས་པའི་བྱེ་བྲག་པ་དེས་རྒྱ་དེའི་ནང་དུ་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་
པའི་རྒྱའི་ནང་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས་གཅིག་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན།

ཐོག་མེད་བདེ་སྤྱག་ལས་ལས་ཡིན། །

ཞེས་ཚུགས་གཅིག་ནས་ཤེས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་བྱ་བ་
གསར་པ་ཞིག་དང་། བྱ་བ་དེའི་ནང་དུ་ཡང་སེམས་པའི་ལས་དང་། བསམ་
པའི་ལས་ཞེས་བཞིན་སྐབས། སེམས་འབྱུང་སེམས་པའི་ཐོག་དུ་འཛོག་
རྒྱ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ནི་ཤེས་པའི་ཐོག་དུ་འགོ་གི་ཡོད།



ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་

ཡང་ཕྱི་བྲག་སྐྱབ་དང་། དབུ་མ་ཐལ་གྱུར་པས་བསམ་པའི་ལས་
ལ་ལུས་ངག་གི་གཟུགས་ཅན་ཆོས་དེ་འདྲ་བཞག་གི་ཡོད། དེ་དག་སྤྱི་
ལས་ཀྱི་ནང་དུ་ཤེས་པའི་རིགས་མང་པོ་སྟེ་བས་ཡོང་གི་ཡོད། བདེ་སྤྱད་
གི་སྤྱིང་བ་ཤེས་པའི་རིགས་གཅིག་ཡིན་པས་ན། དེའི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་
པའི་རྒྱུ་མོག་དུ་སྟེ་བས་སྐབས། ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་ནས་བསམ་སྒོ་གཏོང་
དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་གསར་པ་དང་། རྒྱ་
གསར་པ་ཞིག་སྐྱབ་པ་དེ་ལ་ལས་ཞེས་མིང་བཏགས་ཡོད། ལས་ཞེས་པ་
དེ་བྱ་བ་ཡིན། བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གིས་ཀུན་སྒྲོང་གི་བྱེད་པར་དང་འབྲེལ་བའི་
མོག་ནས་བྱ་བ་གསར་པ་བྱས་པ་ཞིག་ལ་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་རེད། བྱ་བ་
དེ་གཞན་ལ་ཡན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན། དེའི་འབྲས་བྱ་གཞན་
ལ་བདེ་སྤྱིད་ཡོང་བ་དང་། བདེ་སྤྱིད་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱིང་དགོས་པས་ན།
རང་ཉིད་ལ་འང་བདེ་བ་ཡོང་བ་ཡིན། གཞན་ལ་གཞོད་པའི་བྱ་བ་དེའི་འབྲས་
བྱུར་འབྲལ་དུ་ཕ་རོལ་པོས་སྤྱད་བསྐྱལ་སྤངས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། བྱེད་པ་



པོ་རང་ནི་ད་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་ལ་ས་དེའི་བག་ཆགས་བཞག་སྟེ་མཐའ་མ་རང་ནི་ད་
སྐྱལ་བ་སྤུལ་སྤྱོད་བ་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན།

སྤྱི་ག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །

དགེ་བ་ཤུན་སུམ་ཆོགས་པར་སྤྱད། །

ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་མདོའི་ཆོག་ཡིན་ཞིང་། དེའི་དགོངས་
པ་བཀའ་སྤྱངས་འདྲ་མིན་ཡོང་ཆོག་པ་ཡིན།

སྤྱི་ག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །

དགེ་བ་ཤུན་སུམ་ཆོགས་པར་སྤྱད། །

ཅེས་པ་འདི་མངོན་མཐོ་སྐྱབ་བྱེད་ལ་སྐྱར་བ་དང་། ཡང་ན། དགེ་
བ་ཤུན་སུམ་ཆོགས་པར་སྤྱད། །ཅེས་པའི་ཤུན་སུམ་ཆོགས་ཞེས་གསུངས་
པས་ན། ཐར་པ་སྐྱབ་པའི་དགེ་བ་ལ་སྐྱར་ན་ཡང་འགྲིགས་པ་ཞིག་ཡིན།
ཀྱང་པ་དང་པོ་གཉིས་མངོན་མཐོ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་སྐྱར་པའི་དབང་དུ་
བཏང་ན།

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ས་རང་གཅེས་འཛིན་དང་། ཡང་ན་སྤྱི་ག་
པ་སྤྱོད་བ་དང་། དགེ་བ་སྐྱབ་པ་ཞེས་པ་འདི་ཡང་མཐར་གཏུགས་ན་སེམས་
དུལ་མ་དུལ་ལ་བྱུག་པས་ན། སེམས་འདུལ་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་འདི་ལྟར་



དུ་བཀའ་ལན།

སྤྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །

དགེ་བ་ལྷན་སྦྲུལ་ཆོག་པར་སྦྱད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ནི་ཚུལ་བྱིས་སྤྲིག་པ་བྱ་དང་། རང་གི་སེམས་
ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བྱ་དང་།
ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྦྱར་ན། །བསྐྱབ་པ་གསུལ་གྱི་དོན་དག་ནམས་
སྤྲིབས་ཡོང་གི་ཡོད། ད་དུང་དེ་དག་མངོན་མཐོ་སྦྱབ་བྱེད་ལའང་སྦྱར་
ཆོག་པ་ཡིན།

དེ་བཞིན་ངེས་ལེགས་སྦྱབ་པ་ལའང་སྦྱར་ཆོག་པ་ཡིན། སྤྲིག་
པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །ཞེས་པ་དེས་འཆོ་བ་སྤོང་བ་དེ་དང་། དབུ་མ་
བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། དམ་པའི་ཆོས་ནི་མི་འཆོ་བ་དང་། །བདག་མེད་ཅེས་
བཞིག་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་ལ། ཡང་ན།

བསོད་ནམས་མིན་པ་དང་པོར་བརྒྱུག་།

བར་དུ་བདག་ནི་བརྒྱུག་པ་དང་། །

མཐའ་མར་ལྟ་ཞིག་ཀུན་བརྒྱུག་པ། །

ཞེས་པའི་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། དེ་ཤེས་པ་ནི་མཁས་པ་ཡིན། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། སྤྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །ཞེས་པ་དེ་བསོད་ནམས་



མིན་པའི་ལས་བསྒྲིག་པ་དེ་དང་། དགེ་བ་ཤུན་སུམ་ཆོག་པ་པར་སྤྱད།
 ཅེས་པས་བསོད་ནམས་མིན་པའི་ལས་ཅམ་མ་ཟད། བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་
 དང་། མི་གཡོ་བའི་ལས་དེ་དག་ཀྱང་བསྒྲིག་པའི་དོན་དམ་པའི་དགེ་བ་
 བདག་མེད་དམ་སྟོང་ཉིད་བསྒྲོམས་པ་དེ་ཡིན།

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་ཏུ་འདུལ། ཞེས་པ་དེས་ཆོས་ཀྱི་བདག་
 མེད་སྤྲོས་དང་། བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲུམ་
 པ་དེའི་ཐོག་ནས་བདེན་འཛིན་དང་། རང་གཅེས་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་གཉིན་
 རོ་བསྟེན་ནས་འདུལ་བ་དེ་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཆོས་
 མཐའ་དག་འདིའི་ནང་བསྟུས་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་གེས་པ་ནི་མཁས་
 པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན་ང་ཆོ་ཆང་མས་ནམ་རྒྱུན་
 ཁ་ནས།

སྤྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །

དགེ་བ་ཤུན་སུམ་ཆོག་པ་པར་སྤྱད། །

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་ཏུ་འདུལ། །

དེ་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟེན་པ་ཡིན། །

ཞེས་པའི་ཆོག་པ་བཅད་འདི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འདོན་མཁས་
 དེ་དག་གིས་ཉིན་རེ་བཞིན་ཏུ་གཞན་ལ་གནོད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་རྒྱ་མེད། གནས་



སྐབས་རྒྱུད་ཡང་ས་ཐོག་ཏུ་གཞན་ལ་རྒྱག་འདྲེ་རྒྱག་པ་དང་། གཞན་ངན་
སྐྱེས་བཞིན་པ་ལྟ་བུ་བྱས་ཀྱང་། སེམས་ནང་འཁོན་འཛིན་བཟུང་སྟེ་གནག་
སེམས་བཅངས་པ་དང་། སེམས་པ་ནག་པོ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་གཏན་ནས་བྱེད་
རྒྱ་མེད།

གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་དེ་ཡང་མི་ཅམ་མ་ཡིན་པར། ཐོག་
ཆགས་འབྲུ་མིན་ཐུག་ཆད་ལ་གཞོད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་རྒྱ་མེད། གཞན་
ལ་གཞོད་པའི་བྱ་བ་བྱས་ན་མཐར་རང་ཉིད་ལ་གྱུར་རག་གི་རེད། གང་
ལགས་ཤེ་ན། གཞོད་པའི་འབྲས་བུར་རང་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡོང་གི་ཡོད།
གཞན་ལ་ཕན་བདགས་པའི་འབྲས་བུར་རང་ལ་བདེ་སྐྱིད་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་
ན་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པ་སྟེ། རྣམ་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། ཁྲིས་གསུངས་
པ་དེ་ཡིན།

དགེ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་སྤྱད། །ཅེས་པ་འདིས་གཞན་ལ་
གང་ཡོང་གིས་ཕན་པ་བསྐྱབ་པ་ན། ནམ་རྒྱུན་ངོས་ནས་བཞིན་པ་ལྟར།
སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ནི་ལྟ་བུ་ཉེན་འབྱུང་དང་། སྦྱོད་པ་འཆེ་བ་མེད་པ་
ཡིན། སྦྱོད་པ་འཆེ་བ་མེད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རབ་ལ་བྱུང་ན་གཞན་ལ་
ཕན་བདགས་པ་དང་། གལ་ཏེ་ཕན་བདགས་མ་བྱུང་ཀྱང་གཞོད་པ་མི་བྱེད་
པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ཡིན། དེས་ན་རྣམ་པ་ཅི་བྱེད་ཅེས་



གསུངས་པ་ནི་གཞན་ལ་གནོད་པ་མི་བྱེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན།

དགེ་བ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པར་སྤྱད། །

ཅེས་གསུངས་པ་དེས་གཞན་ལ་གང་ཐུབ་ཀྱི་ཕན་བདགས་དགོས་
པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་དོན་ནི། གོང་དུ་བཞིན་པ་ལྟར་ལྟ་བུ་རྟེན་
འབྱུང་དང་འབྲེལ་ནས་སྦྲེབས་ཡོང་གི་ཡོད། འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་འདྲིན་
མཁན་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་ལ་གནོད་པ་བྱས་ན་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་མི་
མཉེས་པ་ཡོང་བ་དང་། གཞན་ལ་ཕན་བདགས་ན་འཇིག་རྟེན་བཀོད་པ་
པོ་ཐུགས་དགུས་ཀྱི་རེད་ཅེས་བཞིན་པ་ལྟར་མིན་པར། གཙོ་བོ་རྒྱ་འབྲས་
རྟེན་འབྱུང་གི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་བ་ཞིག་ཡིན། ཚུལ་དེ་ལ་བསྐྱབས་
ན་རྟོན་པ་དགུས་པ་ཞིག་ཡོང་རྒྱ་སྒྲིལ་མེད་ཡིན། སངས་རྒྱས་དགུས་པ་འི་
སྤྱབ་པ་འི་མཆོད་པ་ཡག་ཤོས་དེ་གཞན་ཕན་བསྐྱབ་རྒྱ་དེ་ཡིན།



དེ་ལྟར་རང་གི་སེམས་ཡོངས་སུ་འདུལ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན། འདུལ་
ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱེད་དགོས་ཤེ་ན། ཅུ་བརྟེན་འབྲུང་གི་ལྟ་བུ་སེམས་འདུལ་
དགོས་པ་ཡིན། དེ་ས་ན་ཆོག་བཅད་གཉིས་པ།

སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །

སྒྲུ་མ་བྱིལ་པ་ཁུ་སྒྲུར་དང་། །

མི་ལམ་སྒྲོག་དང་སྒྲིན་ལྟ་བུ། །

འདུས་བྱས་ཆོས་ནམས་དེ་ལྟར་ལྟ། །

ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ས་དཔེ་རིམ་པར་བཀོད་ནས་སེམས་འདུལ་
ཐབས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལོ་སྒྲོར་གསུང་གི་ཡོད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བུ་བཞི་ཞེས་
མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བར་ལྟ་བུ་དང་། སྒྲུག་བསྐྱེད་པ་ལ་བདེ་བར་ལྟ་བུ།
མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པར་ལྟ་བུ། བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་བཅས་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བུ་བཞི་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བུ་བཞི་
པོ་དེ་དག་གིས་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བུ་བཞི་



པོ་དེ་དག་སེལ་པའི་སྐད་དུ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ལྷ་བ་བཞི་སྐྱེས་དགོས་པ་
 ཡིན། སྐབས་འདིར་གསུངས་པའི་བདག་མེད་ནི་བདག་མེད་རགས་པའི་
 དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྷ་བ་བཞི་པོ་བཀག་པའི་ཆེད་ཕྱིན་
 ཅི་མ་ལོག་པའི་ལྷ་བ་བཞི་སྐྱེས་དགོས་པ་དེ་ཡང་མཐར་གཏུགས་ན། ཆོས་
 ཐམས་ཅད་ངོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་སྣང་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་མཐར་
 ཐུག་དེར་ཐུག་ཡོད། ཆོགས་བཅད་འདིའི་དཔེ་རྣམས་དོན་ལ་ཇི་ལྟར་སྦྱར་
 གྱི་ཡོད་ཅེ་ན། འདི་ཡང་མདོ་ཡི་ཆོག་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་མ་ལ་སོགས་པའི་
 དཔེ་བརྒྱད་རྣམས་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྦྲུབ་ཆང་མས་ལུང་འདི་
 དག་ལ་ཁུངས་གཏུགས་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཁུངས་གཏུགས་སྐབས་
 རང་རང་གི་ལུགས་ལྟར་དུ་བདག་མེད་པའི་དོན་དུ་བཀྲལ་བ་སོགས་འདོད་
 རྒྱུ་ཡོང་གི་ཡོད། ཆོག་འདི་ཉིད་ནི་དོན་ཇི་ལྟར་པའི་གཞུང་གི་མཛུགས་
 དུ་ཡོད།

སྤྱི་གཤམ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །

ཞེས་པའི་ཆོག་བཅད་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་རབ་བདུན་གྱི་གསེ་སྦྱང་
 གི་ཆོག་ཡིན། སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེད་ང་། ཞེས་སོགས་ཆོག་བཅད་
 འདིའི་དོན་ནི། དཔེ་དང་པོ་སྐར་མ་ཞེས་པའི་སྐར་མ་ནི། རྣམ་མཁའི་
 གཟའ་སྐར་ཞེས་པའི་སྐར་མ་དེ་དཔེ་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན། དེ་དཔེ་ལ་ཇི་ལྟར་



སྤྱི་བ་ཡིན་ཞེ་ན། རྣམ་མཁའ་ལྟེན་སྤྱི་བ་མ་རྣམས་ཉི་མའི་སྤྱི་བ་བ་རྒྱུ་པའི་
 སྤྱི་བས་སྤྱི་བ་མ་རྣམས་ཤར་བ་ང་ཆོས་མཐོང་གི་ཡོད། ཉི་མའི་སྤྱི་བ་
 བས་བྱུང་པའི་སྤྱི་བས་སྤྱི་བ་ཆོག་གས་ཀྱི་སྤྱི་བ་དེ་དག་འཆར་མི་བྱུང་པར་
 འགག་འགྲོ་བ་ཡིན། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་ང་རང་ཆོར་བ་དག་དང་གཞན། བཟང་
 དང་ངན། འཁོར་བ་དང་མུང་འདས་སོགས་ཀྱི་གཉིས་ཆོས་སྤྱི་བ་ཆོག་གས་
 ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ཐམས་ཅད་མ་བཟླ་མ་དཔུང་པའི་ངང་ནས་དེ་ཐམས་
 ཅད་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། བཟླ་བཅིང་དཔུང་དེ་ཆོས་འདི་དག་གི་ཡིན་ལུགས་
 དང་། མཐར་ཐུག་གི་གཤིས་ལུགས་སམ་རྫོང་ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་དཔུང་
 པ་ན་རྟེན་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་དབུ་མ་ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས།

སངས་རྒྱུས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བརྟན་པ། །

བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟན། །

འཇིག་རྟེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །

དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པ་འོ། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ཡང་བདེན་པ་གཉིས་ཞེས་དབུ་མ་པའི་
 ལུགས་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་ཉེ་བདེན་གཉིས་རོ་པོ་གཅིག་ལ་ལྟོག་པ་ཐ་དང་
 ཅེས་པ་དེ་ཡིན། དབུ་མ་འཇུག་པ་ལས།

དངོས་ཀུན་ཡང་དག་བརྟན་པ་མཐོང་བ་ཡིས། །



དངོས་ཆེད་དོ་པོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར། །

ཞེས་དངོས་པོ་རེ་རེ་ལ་དོ་པོ་གཉིས་རེ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་ཡོད།
 ཆོས་རྒྱལ་ས་ལ་མ་བརྟག་མ་དཔུང་པའི་ངང་དུ་ཤར་བའི་ཀྱན་རྫོབ་པའི་ངོ་
 པོ་གཅིག་དང་། བརྟག་ཅིང་དཔུང་པའི་སྒོ་ལ་ཆེད་པའི་དོན་དམ་པའི་ངོ་
 པོ་གཅིག་བཅས་དོ་པོ་གཉིས་རེ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་སྐར་དོ་པོ་གཉིས་རེ་ཡོད་
 པ་དེ་དག་སྐར་མར་དཔེ་སྦྱར་བ་ཡིན། མ་བརྟག་མ་དཔུང་པའི་སྒོ་ཞེས་
 བརྫོད་སྐབས། མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱད་པའི་གཉིས་སྒྲུང་གི་སྒོ་
 ཞིག་དང་། བདེན་སྒྲུང་གི་སྒོ་ཞིག་འཆར་གྱི་ཡོད། སྒོ་བ་པའི་ས་ལ་འཕགས་
 པའི་མཉམ་བཞག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་མ་གཏོགས་སྒོ་ལ་འབྱུང་ཤེས་ཡིན་
 བས་བྱུང་བ་ཡིན།

དེས་ན་མ་རིག་པས་བསྐྱད་པའི་སྒོ་ག་སྟག་ཡིན། དེར་བརྟེན་
 མ་རིག་པ་མཉམ་པ་འདྲ་བ་དེས་བསྐྱད་པའི་སྒོ་དོ་ལ་ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཆོས་སྐར་
 ཆོགས་སྒྲ་ཆོགས་དེ་དག་ཤར་བ་དང་། དེ་དག་གི་ཡིན་ལུགས་ནམ་མཁའ་
 གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ན་ཡང་། གོང་དུ་མཉམ་པས་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་
 སུ་སྐར་ཆོགས་མང་པོ་ཞིག་ཤར་བ་དེ་དག་གནས་ལུགས་དཔྱོད་པའི་ཤེས་
 རབ་ཀྱི་ཡོད་སྒྲུང་གིས་བྱུང་ཡོང་སྐབས། སྐར་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དེ་དག་
 འགགས་ཏེ། ཆོས་ཅན་སྒྲ་ཆོགས་པའི་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་དུ་མ་རོ་གཅིག་



གི་ཚུ་ལ་དུ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྲོད་ཅམ་དེ་གའི་དབྱིངས་སུ་རོ་གཅིག་པའི་སྤང་
བཞིག་ཤར་ཡོང་བ་ཡིན། ཆོས་ཅན་གྱི་སྤང་བ་དེ་དག་འགགས་ཤིང་ཆོས་
ཉིད་ཀྱི་སྤང་བ་ཤར་བའི་སྐབས་ཉི་མོ་སྐར་ཆོགས་ཀྱི་སྤང་བ་ཅི་ཡང་མི་
འཆར་བ་དེར་དཔེ་རྒྱུར་བཞི་སྐར་མ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

རབ་ཅིང་ཅེས་པ་དེ་ནི། འོ་ན་ཆོས་ཅན་སྣ་ཆོག་མ་པ་ཞིག་ང་ཆོས་
མཐོང་གི་ཡོད་ལ། ཆོས་ཅན་སྣ་ཆོག་མ་པ་དེ་དག་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་
པ་དང་། སུ་འོས་ནས་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྣང་གི་ཡོད། དཔེར་ན་། རང་
རྒྱུད་པ་ཐ་སྙད་དུ་རང་མཚན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་མཁན་མན་ཆད་ཐམས་ཅད་
གྱིས་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ཟེད། དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་ཡོད། ཐ་སྙད་
དུ་སྣང་གི་འདུག་ཅེས་མཛུ་བ་མོ་འཛུགས་གྱི་ཡོད། ད་ལྟོ་ཤེས་པ་འདི་
ལ་བསྟོན་མེད་དུ་རང་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྣང་ཡོད་གི་ཡོད་པས་ན། སུ་
ངོས་ནས་འདུག་ཅེས་ཁྲུང་ས་སྟེ་ལ་ས་འདི་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་ཅན་སྣ་ཆོག་མ་
པ་འི་སྣང་བ་འདི་དག་དོན་གྱི་ཡོད་པ་ཞིག་བསྟོན་མེད་དུ་གར་གྱི་འདུག་ཅེས་
སྟུབ་བྱེད་འདི་བཀོད་པ་ཡིན། སྟུབ་བྱེད་འདི་བཀོད་པ་འི་ལན་དུ། དེ་ནི་
སུ་འོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྣང་བ་འདི་སུ་འོས་ནས་ཡོད་ནས་སྣང་བ་མིན་
པར། ཆོས་ཅན་དེ་དག་འང་ལ་མཁན་གྱི་ཆོ་དེ་མ་རིག་པ་དང་དེའི་བག་
ཆགས་གྱིས་བསྐྱད་པའི་དབང་གིས་དེའི་སྣང་བ་གར་བ་ཟེད། མདོར་



ན་མ་རིག་པ་སྤངས་པའི་དབྱ་བཅོམ་པ་དག་ལའང་སྤང་བ་འདི་ཡོད་པ་རེད།
མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་དང་མ་བུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་བ་དེ་གར་ཡོང་
གི་ཡོད། དེས་ན།

གཏི་མུག་རང་བཞིན་སྐྱིབ་སྐྱིར་ཀུན་རྫོབ་སྟེ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སློ་མ་རིག་པ་དང་དེའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་
བསྐྱད་པའི་འབྲུལ་པའི་སློ་ལ་ཕར་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྤང་བ་ལས་དོན་
གྱི་ངོས་ནས་མེད། དཔེར་ན། རབ་རིབ་ཀྱིས་མིག་བསྐྱད་པའི་མི་ལ།
རབ་རིབ་དང་། སྐྱག་གད་འཇག་སྤང་མཐོང་བ་དང་། དཔེར་ན། མིག་
ལ་སྐྱིབ་གང་འཆམས་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་གིས་ལྟ་སྐབས། ནག་རིལ་རིལ་
ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་དངོས་སུ་ཕར་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྤང་གི་
ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་མིག་གི་དབང་པོའི་སྒྲིན་ཡིན་པ་ལས། ཕར་ངོས་སུ་
རབ་རིབ་མེད། མིག་གི་སྒྲན་པ་ཞིག་གིས་མིག་གི་སྐྱིབ་པ་དེ་སེལ་བ་ན།
དེ་མ་ཐག་ཏུ་རབ་རིབ་ཀྱི་སྤང་བ་འཆར་བ་དེ་འགག་འགྲོ་བའི་དཔེ་བཞིན་
ལིང་ཏོག་སེལ་བའི་རྗེས་སུ་མིག་གི་ལིང་ཏོག་གི་དབང་གིས་འདྲ་མིན་སྤང་
བ་ནམས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཡལ་འགྲོ་བ་ཡིན། དཔེ་དེ་བཞིན་ང་རང་ཆོར་ཆོས་
ཅན་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྤང་གི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་སྒྲོ་སྒྲིན་གྱི་
དབང་གིས་སྤང་བ་ལས། ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་བྱུབ་པ་ཞིག་མེད། ཡུལ་



གྲུ་རོ་ས་ནས་མ་གྲུབ་པའི་རྒྱུ་བ་ཤེད་ནི། བདག་ས་དོན་བཅའ་ན་ཡུལ་གྱི་
 རོ་ས་ནས་གྲུབ་པ་སྒྲུང་བ་རྒྱུ་བ་ཡོད་ན་བདག་དོན་བཅའ་ན་རེ་གསལ་
 ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྐུང་བ་ལས།

ལྷོ་གཙུག་གཡེ་རྒྱུ་ཡིན་ན། །

ཉེ་བ་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ས་ཅི་ས་མི་མཐོང་། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་
 ཡོད་ན། བརྟག་དོན་བཅའ་ན་རྗེ་གསལ་དུ་འགྲོ་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་
 ཏུ་མི་འགྲོ་བར་ཡལ་འགྲོ་གི་ཡོད། འོ་ན་ཆོས་རྣམས་ར་ཆོར་དོན་གྱི་ངོས་
 རྣམས་ཡོད་པ་ཞིག་བསྟོན་མེད་དུ་སྒྲུང་ཞིང་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་ངེས་པར་ཡོད་
 དགོས་ཞེས་བརྗོད་ན་དེ་ལྟར་མིན། དེ་ནི་སྟོང་སྟོན་གྱི་དབང་གིས་སྒྲུང་བ་
 ལས་དོན་ལ་རང་ངོས་རྣམས་གྲུབ་པ་མེད། ར་ཆོར་དོན་གྱི་ངོས་རྣམས་ཡོད་
 པ་ཞིག་སྒྲུང་གི་འདུག་ཀྱང་། དོན་གྱི་ངོས་རྣམས་གྲུབ་པ་དང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་
 གྲུབ་པས་སྟོང་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ནི་སྟོང་སྟོན་གསུངས་རྣམས་
 གསུངས་པ་ཡིན།

འོན་དོན་གྱིས་གྲུབ་པ་དེ་སྣང་པ་ཡིན་ན། བཟ་གནོད་དངོས་སུ་
འདྲེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མེད། ལྷང་བ་བཟང་ངན་དང་། འཁོར་འདས།
རང་གཞན་སོགས་གཉིས་ཆོས་རྣམས་པརྒྱུ་ཁྱེད་པ་མཟ་གནོད་དངོས་



ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྒྲིང་པ་རེད། སྒྲིང་ཡང་མི་བདེན་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་
 པ་ནི་རབ་རིབ་ཅེས་པ་འདིར་སྒྱུར་བ་དང་། མར་མེ་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་འབྲས་
 ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེས་ན་སྐར་མ་
 རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །ཞེས་གསུངས་སོ།།

དེ་ནས། སྐྱེ་མ་ཟིལ་པ་ཚུ་བུར་དང་། ཁྱིམ་པའི་སྐྱེ་མ་ཞེས་པ་
 མི་དེ་ལོ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ན་ང་རང་ཚོར་ཆགས་སྤང་སྐྱེ་
 སའི་ཡུལ་དེ་ཉིད་མེད་པ་མེད་དམ། རང་ཚོར་ཆགས་སྤང་སྐྱེ་བ་དང་། བཅ་
 གནོད་འདྲེན་གྱི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ན། དཔེར་ན། སྐྱེ་མ་དང་མི་ལམ་
 ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་དགའ་བའི་དགའ་བྱིས་མི་ལམ་དུ་བཏང་ན། མི་ལམ་
 ལ་ཞེ་སྤང་སྐྱེ་བ་དང་། མི་ལམ་ནང་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་ཏེ་གཞན་ལ་བྱག་འདྲེ་
 བརྒྱབ་པ་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་མི་ལམ་དུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་དང་འཕྲད་
 ཆོ་དེ་ལ་ཆགས་སེམས་སྐྱེ་བ་ཡོང་གི་ཡོད། དེས་ན་མི་ལམ་དེ་དོན་དངོས་
 ལ་བདེན་པ་མེད་ཀྱང་། དེ་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་ཆགས་སྤང་གི་ཚོལ་སྐྱེ་བ་ལྟར་
 ཆགས་སྤང་སྐྱེ་སའི་ཡུལ་དེ་དག་ཀྱང་དངོས་པོ་རང་མཚན་པ་མེད་ཀྱང་།
 ཆགས་སྤང་སྐྱེ་བའི་ཆེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་ན་མི་ལམ་ཞེས་པ་དེ་གསུངས་
 པ་ཡིན།

ཐེལ་པ་ཞེས་པ་དེས་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་གསུངས་པ་ཡིན།



ཞིགས་པ་བྱིལ་པ་འཁོར་ཡོད་པ་དེ་ཉི་མ་ཤར་ཏེ་དོད་ཅུང་ཟད་སྟེ་བས་ཆེ་
 བྱིལ་པ་དེ་མ་ཐག་དུ་སྐམ་འགོ་བཡིན། དེ་ནི་བྱིལ་པའི་རང་བཞིན་རེད་
 ཅེས་བརྗོད་སྐབས་མི་བརྟན་པའི་རང་བཞིན་བརྟན་པ་ཡིན། དེ་ནི་དངོས་
 པོ་སྐད་ཅིག་སྐད་གིས་འཇིག་འགོ་བས་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དེ་
 གསུངས་པ་ཡིན།

ཁུ་བུར་ཞེས་པས་སྤྱག་བསྐལ་བ་གསུངས་པ་ཡིན། འོ་ན་སྤྱག་
 བསྐལ་བ་ཡིན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་བརྟན་ཞེ་ན། དཔེར་ན། ཁུ་ལས་ཁུ་བུར་
 བྱུང་ཞིང་། ཁུ་ཡི་ལྗུ་བ་དེ་ཉིད་ཁུ་ཡི་རང་བཞིན་ཡིན། ཁུ་ཡི་རང་བཞིན་
 ལས་ཁུ་ཡི་ལྗུ་བ་དེ་སྦྱེས་ཤིང་། ཁུ་བུར་དེ་ཉིད་ཁུ་ཡི་རང་བཞིན་དུ་ཐིམ་
 འགོ་བཡིན། ཡང་ཁུ་ལས་ཁུ་བུར་བྱུང་ཞིང་ཡང་ཁུ་ཡི་རང་བཞིན་དུ་
 ཐིམ་པ་བཅས་བྱུང་ཡང་ཁུ་ལས་བྱུང་ཞིང་། ཐིམ་ཡང་ཁུ་ལ་ཐིམ་འགོ་
 གི་ཡོད། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་ང་རང་ཆོའི་ཆོའི་བ་སྤྱག་བསྐལ་དང་། ཆོར་
 བ་བ་དེ་སྤྱག་བཏང་སྟོམས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་། འདུ་བྱེད་དམ་སྤྱག་བསྐལ་
 བའི་རང་བཞིན་ལས་ཡར་སྦྱེས་ཤིང་། ཇི་སྟེན་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་
 དབང་དུ་ཡོད་པ་དེ་སྟེན་དུ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཡུང་པོས་འདུས་པའི་ཆོར་བཞིག་
 ཡིན་སྟེན་ཆད་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་ལས་ཚུར་ཤར་བ་
 དང་། འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་རྒྱབ་འགོ་བཞིག་ཡིན་



པས་ན། རྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྟུག་བསྐྱལ་ཅམ་མིན་པར་འགྱུར་པའི་རྟུག་བསྐྱལ་
ཏེ། པའ་ཆེན་ཚོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས།

འཁོར་པའི་ཉེས་བཟུ་སེམས་པའི་ཚུལ། །

མང་ཡང་རྟུག་བསྐྱལ་རྟུག་བསྐྱལ་གྱི། །

འཇིགས་ནས་ཐར་འདོད་ལྷགས་ལའང་ཡོད། །

ཅེས་རྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྟུག་བསྐྱལ་ལས་ཐར་འདོད་དུད་འགྲོ་ལའང་
ཡོད་ཅིང་། དཔེར་ན་འབྲུ་མིན་ཆུང་དུ་ཞིག་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་
མཇུག་མོ་ཐུག་ཅམ་བྱས་ན་འབྲུ་མིན་དེ་ཉིད་ཞེད་སྤང་སྟེས་ཏེ། ཁོ་རང་
གི་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་བསམ་ཚོར་རྒྱུན་ཚོར་བྱུང་བ་ཞིག་འཕྲད་ཡོང་གི་
འདུག་པས་མ་པའི་ཐོག་ནས་འཕྲལ་དུ་གཡོལ་གྱི་ཡོད། དེ་ནི་རྟུག་བསྐྱལ་
མི་འདོད་པའི་དབང་གིས་ཡིན། མདོར་ན་རྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྟུག་བསྐྱལ་
དུད་འགྲོ་ཀྱང་གེས་པའི་ཐོག་ནས་དེ་ལས་ཐར་འདོད་ལྷགས་ལའང་ཡོད་
ཅེས་གསུངས།

ཟག་བཅས་ཆོར་བ་བདེ་བ་ལས། །

ངེས་འབྱུང་ཕྱི་རོལ་པ་ལའང་མཆིས། །

ཞེས་འཆོར་བ་བདེ་བ་ལས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་སྟེ། ཡུང་

པོ་འདི་དང་འབྲེལ་པའི་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་ཟག་བཅས་ཀྱི་



ཚོར་བ་བདེ་བ་ང་ཚོས་བདེ་སྐྱེད་དུ་བཅི་བ་དེ་དག་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་
 བདེ་བ་ཡིན། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཚོར་བ་བདེ་བ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། མཐར་
 གུད་པས་འདུས་འགོ་བ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་ཡི་རྒྱ་ལྷ་ར་གར་ནས་མི་འདྲ་བ་
 ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ནི་རྒྱ་ཡི་ངང་དུ་ཞི་འགོ་བ་ལྟར་སྒྲོ་བུར་དུ་ཚོར་བ་
 བདེ་བའི་སྒྲུང་བ་ཞིག་གར་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱུས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འདྲ་
 བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་རྒྱུས་པ་དང་། འགག་པའི་སྐབས་
 སུ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་འགག་གི་ཡོད།

དེས་ན་འདྲ་བྱེད་རང་བཞིན་གྱི། །

ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཡུང་པོ་འདི། །

སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱུ་བ་དང་སྐྱུ་བ་པའི་སྒོ་ད། །

དམིགས་ནས་བསྒྲོམ་ན་བྱིང་གཡོ་ལ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཞེས་པ་འདི། ལས་
 ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་ཡུང་པོའི་སྐྱེ་བ་དེ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལ་
 བཞག་ཡོད། དེས་ན་ཇི་སྲིད་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བ་སྒྲངས་
 པ་ཞིག་ཡིན་ཆད་ལ་ཚོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། ཚོར་བ་བདེ་བ་ཞིག་
 བྱུང་ན་ཡང་། སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ལས་བྱུང་ཞིང་། སྐྱུག་བསྐྱལ་
 གྱི་རང་བཞིན་དུ་འགག་འགོ་བ་ཞིག་ཡིན།



དེ་ནས། མི་ལམ་སློབ་དང་སྤྱོད་ལུ་བྱ། ཞེས་པ་ནི། ང་རང་
 ཆོས་ཆགས་སྤང་སྟེ་སའི་ཡུལ་དེ་དག་ལ་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེད་པ་བྱས་ན་
 འདས་པ་དེ་དག་ནི་ད་ལྟ་ཚུ་ཆོད་བཅུ་དང་སྐར་མ་བཅུ་ཡིན་པས་དུས་ཆོད་
 འདི་ཕན་ཆད་ནམས་འདས་པ་ཡིན། མི་ལམ་བྱུང་པའི་ཡུལ་ཞེས་མདང་
 གསུམ་ཕན་ཆད་ཀྱི་མི་ལམ་ལྟར་འགགས་ཟིན་པས་གང་ཡང་མེད། ལྟར་
 དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སྟངས་ཞེས་ཁོང་ཁྱོད་ཀྱི་ལྟུང་ཆེ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ལྟར་
 དེ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་སྟངས་ཞེས་ཆགས་པ་བྱེད་ཀྱི་ལྟུང་ལས་འདས་པས་མི་
 ལམ་ལྟར་ཡིན། དཔེར་ན། མི་ལམ་བྱུང་བའི་པ་དེས་སེམས་ནང་ཆགས་
 སྤང་གི་འཛིན་པ་ཨ་འཐས་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། སློབ་
 དང་ཅེས་པས་ད་ལྟ་དེ་གསུངས་པ་ཡིན།



དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། གཞི་རྒྱ་བསྟན་ཆུང་།

ད་ལྟ་འཕྲུལ་མར་བདེ་སྤྱད་གི་ཆོར་བ་ཡོང་བ་དེ་ལ་
བསམ་སྒོ་རིམ་བཞིན་བཏང་ན། ཡུད་ཅམ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལར་ནས་
དུས་གསུམ་ཞེས་པའི་རྣམ་གཞག་འདི་ལྟ་བུ་བཟུང་ནས་དུ་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད།
དུས་གསུམ་འཛོག་ཆུང་ལ། བྱེ་བྲག་སྤྱོད་བས་དུས་གསུམ་ཇུས་སུ་བྱུང་
པ་ཞེས་འཛོག་ཆུང་གཅིག་དང་། མདོ་སྡེ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞི་བྱུང་ན་ད་
ལྟ་བུ་ཡིན་པས་བྱུང་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་འདོད་ཆུང་གཅིག ཐལ་
གྱུར་པས་དུས་གསུམ་དངོས་པོ་འམ་འདུས་བྱས་ལ་འདོད་པ་སོགས་ཀྱི་
འདོད་ཆུང་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད། ཞེས་མ་ཁྱུས་ན་དེ་དག་
ནི་བསམ་སྒོ་གཏིང་པོ་བཏང་བ་དང་། དཔུང་པ་ཞིབ་ཆགས་པོ་བྱས་ཏེ་
གསུངས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེས་ན་ད་ལྟ་འདི་ད་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་ནི། བཅའ་ན་རྟེན་གྱི་མེད་ཅིང་།
དཔེར་ན་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༠ ཟླ་ ༦ ཚེས་ ༡ རོགས་པའི་ཆུ་ཆོད་ ༡༠
སྐར་མ་ ༡༡ ཅས་བཟོད་སྐབས། སྐར་མ་བཅུ་གཅིག་གི་སྐར་ཆ་དུག་



ཀྱི་ངོས་ནས་ད་ལྟ་བཞིན་འདྲི་ག་ཐུབ་པ་དང་། ད་ལྟ་བའི་བསྐྱལ་པ་ཡང་
 བཞག་ཐུབ་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ད་ལྟ་བའི་ཉི་མ་དང་ད་ལྟ་བའི་བདུན་ཕྲག་
 བཞག་ཆོག་པ་དང་། ད་ལྟ་བའི་ཟླ་བ་དང་ད་ལྟ་བའི་ལོ་བཅས་བཞག་ཐུབ་
 པར་མ་ཟད། དེ་ལས་ལྷག་པ་ད་ལྟའི་བསྐྱལ་པ་ཡང་བཞག་ཆོག་པ་ཡིན།
 འདས་པའི་བསྐྱལ་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་བསྐྱལ་པ། ད་ལྟ་བའི་བསྐྱལ་
 པ་བཅས་ཀྱང་བཞག་ཆོག་པ་ཡིན། དེ་དག་ཐ་སྙད་བདག་ས་ཙམ་དུ་ཡོད་
 པ་ལས་དོན་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་མེད། དེས་ན་འདས་པ་ནི་མི་ལམ་ལྟར་
 བྱུང་བཞིན་པ་དང་། མི་ལམ་ནི་དྲན་པའི་ཡུལ་ཙམ་ལས་མེད་ཅིང་། ད་
 ལྟ་བའི་ཐོག་འབྲུག་པ་ལྟར་ཡུད་ཙམ་ཞིག་ལས་མེད།

མི་ལམ་ཐོག་དང་སྤྱིན་ལྟ་བུ། །

ཞེས་པའི་འབྱུང་འབྱུང་ཡོང་རྒྱུ་ཞེས་པ་དེ་ནི། ད་ལྟ་གཞི་ནས་
 ཡོང་དགོས་པ་ཞིག་ཉོག་པ་ལ་གར་ཆོད་ཅིག་སྟེ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་ཡང་
 ལྷམ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་དངོས་སུ་གྲུབ་མེད། དཔེར་ན། སྤྱིན་ཡོད་དོ་
 ཅོག་ནས་ཆར་པ་མི་འབྱུང་བར་དེ་ལ་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་འདུས་པའི་ཐོག་
 ནས་རིམ་བཞིན་སྤྱིན་གྱིས་གཞི་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་ཆར་པ་ཡོང་བ་ལས་
 སྤྱིན་ཁོ་ནས་ཆར་པ་ཡོང་རྒྱུ་མེད། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་
 རྣམས་དང་། མ་འོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་རྒྱུན་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྟོས་ནས་



ཡང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན།

མ་འོངས་པ་ལ་གོ་རིམ་མེད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེས་ང་རང་
 ཆོའི་སྒོ་ལ་ཆགས་སྤང་བྱགས་དྲག་པོ་སྒྲེ་སྒྲུབས། འདས་པའི་གནས་ཚུལ་
 ཞིག་དྲན་པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་ཆགས་སྤང་སྒྲེ་བ་དང་། ཡང་ན་ད་ལྟ་ད་
 ལྟའི་གནས་ཚུལ་གྱིས་ཆོར་བ་བྱགས་དྲག་པོ་སྒྲེ་སྒྲུབས་ཆགས་སྤང་སྒྲེ་བ་
 དང་། ཡང་ན་འབྲུང་འབྲུར་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་ནམ་
 ཉི་གཤིས་བསུས་ཏེ་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་ཆགས་སྤང་སྒྲེ་བ་སོགས་ལ་
 གཉེན་པོ་བཞེན་སྤངས་གསུངས་པ་ཡིན།



ཆགས་སྤང་སྦྱི་ཡུལ་དང་།

སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིང་།

དེ་ཡང་།

འདུས་བྱས་ཆོས་ནམས་དེ་ལྟར་ལྟ། །

ཞེས་པས། འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ནམས་ང་ཚོའི་ཆགས་སྤང་སྦྱི་
 སའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ན། དེ་དག་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དང་། ལྷག་
 བསྐལ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ། བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་བཅས་
 གསུངས་ཏེ་ཆགས་སྤང་སྦྱི་སའི་ཡུལ་ཚུགས་བྱུང་པ། བདེན་པར་གྲུབ་
 པ་ཞིག་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། བདེན་གྲུབ་ཅེས་བཞིན་དགོས་དོན་
 རྟོག་ ང་རང་ཆོས་བསམ་མཐོང་བཏང་ཆོ། དཔེར་ན། ཁོང་ཁྱོད་མ་བྱུང་བའི་
 ཁོང་དུ་མཐོང་བའི་མི་དེ་དང་། ཁོང་ཁྱོད་ཟ་བའི་སྐབས་མཐོང་བའི་མི་དེ་
 གཉིས་ལ་བྱུང་པར་འདུག་གམ་མི་འདུག་ དཔེར་ན། རང་ཉིད་ཀྱིས་དུས་
 ལྷན་དག་འཕྲོ་ཕྱི་ཕྱེད་སའི་མི་ཞིག་ མི་གཞན་གྱིས་མི་དེ་ཏེ་ཅང་སྐྱེ་ག་
 ཅག་མེད་ཅེས་བཞིན་ཀྱི་འདུག་ལ། མི་དེས་བྱུང་རང་ལ་ཏེ་ཅང་སེམས་



གནག་བྱ་རྒྱུ་འདི་བསམ་མཐོ་གཏོང་གི་འདུག མི་དེས་ཁྱེད་རང་ལ་གཏན་ནས་
དགའ་གི་མི་འདུག་ཅེས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཐོས་ན། དེ་མེས་སུ་མི་
དེ་མཐོང་སྐབས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གི་འདུག་གས། ནམ་རྒྱུ་ན་མི་དེ་མཐོང་
མ་ཐག་དག་མོ་དགོད་པ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། སྐད་ཆ་དེ་གི་མེས་
མི་དེ་མཐོང་སྐབས་མི་དེ་བྲིག་བྲིག་ཅིག་དང་། རྒྱ་དག་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་
བསམ་ནས། མི་དེ་ཐུག་དུས་གཏོང་ནས་གང་མོ་དགོད་ཁྲལ་བྱེད་པ་དེ་
ནི་བཙུང་མའི་དག་མོ་དགོད་པ་ལས་སེམས་ཀྱི་གཏོང་ལ་མི་བདེ་བ་ཞིག་
ཡོང་གི་ཡོད།

ཡང་དེ་སྔོན་རང་ཉིད་དེ་ཅམ་དགའ་པོ་མེད་པའི་མི་གཅིག་ཡོད་
ན། མི་གཞན་ཞིག་གིས་མི་དེས་ཁྱེད་རང་ལ་བསྟོད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཅང་གཏོང་
གི་འདུག་ལ། ཁྱེད་རང་ལ་དེ་ཅང་བཙུང་བ་ཀྱང་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་
ན། སང་ཉིན་མི་དེ་མཐོང་དུས་དེ་སྔོན་མཐོང་བ་ལྟར་མིན་པ་ཞིག་མཐོང་
གི་ཡོད། མི་གཅིག་ཡིན་ན་ཡང་བསམ་མཐོ་གཏོང་ཕྱོགས་ཁྱད་པར་ཆེན་
པོ་ཡོད།

གཞན་ཡང་ནམ་རྒྱུ་ན་མི་སྤྱུག་ཅག་དུ་བཙུང་བ་ཞིག་གིས་ལས་ཀ་ལག་
པོ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་། དེ་འདྲ་ག་ནས་བདེན་བསམ་པ་ཞིག་དམ་གྱི་ཡོད། མི་
དེ་དེ་ཅང་སྤྱུག་ཅག་རེད། མི་དེས་དེ་འདྲ་ག་ཏན་ནས་བྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་མ་རེད་



བསམ་པ་ཞིག་ཡོང་བ་དེ་ནི་ཁོ་རང་ཞེ་སྒང་སྒྲེ་ཡུལ་གྱི་མི་སྟུག་པ་དེ་འགྱུར་
བ་མེད་པ་ཞིག་སྒོ་ལ་འཆར་གྱི་ཡོད་པའི་དྭགས་ཡིན།

དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཞིག་སྒོ་ལ་འཆར་གྱི་ཡོད་དུས། མི་
དེ་འགྱུར་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་དེ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པར་མི་དེ་སྟུག་ཅག་
ཅིག་ཡོད་པ་བསམ་པ་ནི་སྒོ་འི་ཡུག་ཏུ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ལྷ་སྒངས་ཤིག་
ཡོད། འགྱུར་བ་མེད་པའི་ལྷ་སྒངས་དེ་ཡང་། མི་སྟུག་པའི་རང་བཞིན་
དེ་ཡར་ངོས་ཡུལ་གྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བསྐྱོས་
བ་མེད་ཅིང་བཅོས་སུ་མེད་པ་ཞིག་སྒོ་ངོར་གར་ནས་དེ་ལ་བདེན་ཁ་སྦྱིན་
པའི་འཛིན་སྒངས་ཤིག་ཡོད་པས་ན། སྒོ་བྱར་དུ་མི་དེ་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་
བརྗོད་ཀྱང་སྒོ་ངོར་མ་ཆུད་པ་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན་ཆགས་སྒང་
གི་སྒོ་སྒྲེ་སའི་ཡུལ་དེ་འགྱུར་མེད་ངོ་པོས་གྲུབ་པ་ཞིག་དང་། ལྷོས་པ་མེད་
པར་མིང་གི་དབང་གིས་ཡོད་ཅམ་མིན་པར་དོན་གྱི་ངོས་ནས་འགྱུར་མེད་
རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་སྒོ་ལ་འཆར་བ་དང་། འཆར་བ་ལྟར་དུ་དེ་རེད་
སྟམ་པའི་འཐད་འཛིན་གྱི་སྒོ་དེས་གཞི་རྩ་བྱས་ཏེ་ཆགས་སྒང་གི་སྒོ་སྒྲེ་ས་
པ་ཏེ་ཅང་གསལ་ལ་པོ་ཡོད། དེ་ལ་གནད་འགག་ཅིག་ཡོད་པ་ཤེས་གྱི་འདུག་
གས་མི་འདུག་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་གྱི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་དཔོན་པ་
གཙོ་བོ་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན།



ཆགས་སྤང་གི་སྒོ་སྒྲུབ་པའི་གཞི་མཛི། མ་རིག་པ་འཕམ་གཏི་མུག་
 བདེན་འཛིན་གྱིས་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཆགས་སྤང་མེད་པར་བཟོ་བ་ལ་བདེན་
 པར་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་མེད་པར་མ་བཟོས་ན། ཆགས་སྤང་མེད་པར་བཟོ་
 མི་བྱུང་པར། དེས་ན་དབུ་མ་ཐལ་གྱུར་པའི་གཞུང་སོགས་ཐ་སྙད་དུ་རང་
 མཚན་ཞལ་གྱིས་མི་བཞེས་པའི་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་མཐར་བུག་གཟུགས་
 ལྟོང་པའོ། ལྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །གཟུགས་ལས་ལྟོང་པ་ཉིད་གཞན་
 མ་ཡིན། ལྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་གཟུགས་མ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་ལྟོང་ཉིད་
 བཞི་སྒྲོར་གསུངས་པ་འདི་ལ་བཀའ་རིམ་བཞི་ཞེས་ཀྱང་གསུང་གི་ཡོད།

ད་ལྟ་འདིར་གཟུགས་ལྟོང་པའོ། ལྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །ཞེས་
 གསུངས་པའི་གཟུགས་དེ་ཉིད་དོ་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་ལྟོང་པ་ཡིན་པ་ལས།
 ལྟོང་གཞི་གཟུགས་ཡར་རོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྤང་བ་འདི་ཡོད་པར་ཆ་
 བཞག་སྟེ། དེ་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པ་དང་། དོན་དམ་པར་མི་བདེན་
 པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན་གཟུགས་ལྟོང་པ་མིན། མདོ་ཉི་མའི་གཞུང་ནང་
 གཟུགས་ལྟོང་པ་ཉིད་གྱིས་ལྟོང་པར་མི་བྱེད་དེ། གཟུགས་ཉིད་ལྟོང་པ་
 ཉིད་དང་། ཞེས་ཡར་རོས་ནས་སྤང་བའི་གཟུགས་དེར་ཚོགས་རེ་ག་གང་
 ཡང་མ་བྱས་པར་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་ཡོད་ཆད་དེ་རང་དུ་བཞག་ནས། དེ་
 དོན་དམ་པར་དོ་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་ན། གཟུགས་ལྟོང་



པཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཞེས་པ་དེ་ཆགས་པ་ཡིན། སར་ངོས་ནས་ཡིང་ཡིང་
 ལྟ་བུར་ཡོད་པ་ཞིག་སྟོང་པ་འདི་གཟུགས་དེ་ཉིད་མིང་ཅམ་ཞིག་ལས། སར་
 ངོས་ནས་མཐུ་བ་མོ་འདྲུགས་ས་གཏན་ནས་མེད་པས་མ་སྟེ་ཐག་བཅད་སྐབས་
 གཟུགས་སྟོང་པ་ཞེས་པ་དེ་ཆགས་པ་ཡིན། དེ་ལ་གནད་འགག་ཅིག་ཡོད།
 གཟུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པར་མི་བྱེད་དེ། གཟུགས་ཉིད་སྟོང་པ་
 ཉིད་དང་། ཞེས་དང་། བེས་རབ་སྟོང་པོ་ལས། གཟུགས་སྟོང་པ་འོ།
 ཞེས་པ་དེ་ཡིན། སྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་མོ། ཞེས་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་
 སྟོང་ཞིང་། རྒྱུན་གཞན་ལ་བསྟོས་ནས་བྱུང་ཅམ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། གཟུགས་
 ལྟ་ཆོགས་པ་དང་། འགྱུར་བ་སྟ་ཆོགས་པ་འདི་དག་བྱུང་བ་ཡིན།

གཟུགས་སྟོང་པ་འོ་ཞེས་བཞེད་ན། བྱི་ཕྱོགས་ལ་མཐུ་བ་མོ་
 བཅུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། ཆོག་འདི་ཆོག་བསྐྱར་བྱས་ཏེ། བདག་སྟོང་
 པ་འོ། །སྟོང་པ་ཉིད་བདག་གོ་ཞེས་པ་འདི་ར་བས་མ་སྟེ་ཞིག་ཐོངས་དང་།
 ངའམ་བདག་ཅེས་པ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། ང་དེ་ཡིང་ཡིང་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟོང་ལ་
 འཆར་གྱི་འདུག་ཀྱང་། དེ་བཅའ་ན་ངའི་ལུས་འདི་ང་མིན་ལ། སྤྱི་གཙུག་
 ནས་ཀྱང་མཐེལ་བར་བཅའ་ཀྱང་ང་མེད་པ་ཐག་ཆོད་པ་ཡིན། འོ་ན་ངའི་
 སེམས་འདི་ང་རེད་དམ་ཞེ་ན། སེམས་ལའང་སྤྱར་གསལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད།
 སད་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བེས་པ་དང་། མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་



མེས་པ། གཉིད་དུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མེས་པ། དེ་བཞིན་འཆི་དུས་
ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་དང་། བརྒྱལ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་
སེམ་མེས་པ་སོགས་སེམས་ལ་ཐུ་རགས་དྲ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཡོད།

སེམས་སྤྱོད་གསལ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ང་ཞེས་པ་དེ་གང་དུ་མཛུ་བ་
 མོ་འཛུགས་སྐྱེ་ཡིན། མཛུ་བ་མོ་འཛུགས་ས་གཏན་ནས་མེད། འཆི་བ་
 འོད་གསལ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་འོད་གསལ་སྤྱོད་མོས་དེ་ང་
 རེད་དམ་ཞེས་བརྗོད་ན། བཤད་བྱུང་སྐྱེ་ཁག་པོ་ཡིན། ང་ཡི་འོད་གསལ་
 ཞེས་ད་དུང་ཐ་སྐད་སྐྱུར་གྱི་ཡོད། རྣམ་པར་འོད་གསལ་དེ་མངོན་དུ་གྱུར་
 སྐྱེ་ཡོད་ལ། འོད་གསལ་དེ་ཉིད་འགག་སྐྱེ་ཡོད་པས་ང་ལ་མངོན་དུ་གྱུར་
 པ་དང་། ང་འགག་ཅེས་བརྗོད་མི་བྱུང་བ་ཡིན། འོད་གསལ་འགགས་
 པའི་མཆོམས་སྤྱོད་འགག་ཅེས་བརྗོད་མེས་ཐབས་མེད། དེ་ལྟར་རིམ་
 པར་དཔྱད་པའི་སྐབས་སྤྱོད་ཞེས་པ་ལུས་ཀྱི་ཐོག་དུ་མཛུ་བ་མོ་འཛུགས་
 ས་མེད་ལ། སེམས་ཀྱི་ཐོག་དུ་ཡང་མཛུ་བ་མོ་འཛུགས་ས་ཅུ་བ་ནས་མེད།

ང་གང་དུ་འདུག་གསེལ་ན། ང་སྟོང་པའི་ཞེས་པ་རྣམ་པ་དེ་སྟོང་
པ་ཡིན། ང་སྟོང་པ་ཡིན་པས་ན། ང་འོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཐུབ་པས་སྟོང་པ་
ཡིན་སྟབས། བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་ང་ཞིག་ཡོད་ལ། གང་ལ་བརྟེན་
ནས་བཏགས་པའི་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ང་བཞག་གི་ཡོད་པས་ན། ང་སྟེས་



པ་ཡིན། ང་ཕྱད་མེད་ཡིན། ང་ནན་མོ་ཡིན། ང་ཀད་པོ་ཡིན། ང་
གཞོན་ཅུ་ཡིན། ང་དག་སྒྲོང་ཡིན་ཞེས་པ་དེ་དག་བཅོད་ཐུབ་པ་ཡིན། སྤང་
པོ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ང་བཞག་ན། ང་ཀད་པོ་ཡིན། ང་གཞོན་ཅུ་ཡིན་ཞེས་
བཅོད་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ང་པོ་ཡིན། ང་མོ་ཡིན་ཞེས་སོགས་
ཀྱང་བཅོད་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། པོ་མོ་ཞེས་པ་དེ་ལུས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཞག་པ་
ལས་ཡིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་འཛོག་ཏུ་ཞིག་མེད།

དེས་ན་ང་ཕྱང་པོ་ལ་ལྟོས་ནས་བདག་ས་ཅམ་གྱི་ང་ཞིག་བཞག་ཐུབ་
ན། ལུས་ན་བའི་ཐོག་ནས་ང་ན་བ་བཞག་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་ནད་དག་
པའི་སྒྲོ་ནས་ང་དག་པ་བཞག་སེམས་མི་བདེ་བ་ཡོད་སྐབས་ང་མ་སྦྱིད་
པ་འདུག་ཅེས་དང་། སེམས་བདེ་པོ་ཡོད་སྐབས་ང་སྦྱིད་པོ་འདུག་ཅེས་
བཅོད་ཐུབ་པ་ཞིག་ཕྱུང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ལྟོས་ནས་གྲུབ་མེད་པར། ང་
དེ་ཕྱང་པོ་ལས་ཡན་གར་དུ་ཡོད་ན། ལུས་བདེ་མིན་དང་སེམས་བདེ་མིན་
ཀྱི་ཐོག་ནས་ང་བདེ་མིན་གྱི་སྐད་ཆ་བཤད་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། ཉག་གཅིག་
རང་དབང་བའི་བདག་གམ་སྦྱི་པོ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡན་གར་དུ་ཡོད་ན། ལུས་
སེམས་དར་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུན་པས་ང་ལ་དར་རྒྱུད་འཛོག་མི་ཤེས་པ་ཡིན།

ནམ་ཤེས་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་ན། སེམས་ཅན་ཐ་མལ་པའི་ནམ་
ཤེས་དེ་ཐ་མལ་དུ་སྡོད་དགོས་པ་ལས། སངས་རྒྱལ་ཐུབ་ཐབས་མེད། སོ་



སྒྲིབ་ཀྱི་མེས་པོ་འཕགས་པའི་སྒྲིབ་པ་འགྲུར་ཐུབ་ཀྱི་མེད། ཡུང་པོ་ལ་
བརྟེན་ནས་བདག་བཞག་པས་ན། ཡིད་ལྡོ་ལ་འགྲུར་བ་ཕྱིན་པའི་ཆ་ནས།
སོ་སྒྲིབ་དང་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན། དག་བཙུམ་པ་དང་དེ་རྗེས་སངས་
རྒྱུ་འཕགས་པ་བཙུམ་བཞག་ཐུབ་ཀྱི་ཡིད། ང་དེ་ལུས་སེམས་ལ་བརྟེན་
ནས་བདགས་པ་དང་། ལུས་སེམས་ལ་འགྲུར་བ་ཕྱིན་པའི་དབང་གིས་
ང་ལ་འགྲུར་བ་འགྲོ་བ་ཞིག་བཞག་ཐུབ་པ་ཡིན། དེས་ན་ང་སྟོང་པོ། །སྟོང་
པ་ཉིད་ངོམ་ཞེས་བརྗོད་ན་ཅུང་ཟད་ཕན་གྱི་འདུག་གས།

གཟུགས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་ཤར་མཐུབ་མོ་བཅུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཆགས་ཀྱི་ཡིད། ང་བདེན་གྲུབ་རང་དབང་བརྟེན་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆོ་ཡི་ཡུག་
དེར་བཞག་པ་དང་། དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་གཟུགས་སྟོང་པོ། །སྟོང་
པ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་དེ་འདྲ་ཡིན། དེ་ལས་བདག་སྟོང་
པོ། །སྟོང་པ་ཉིད་བདག་གོ། །སྟོང་པ་ཉིད་ལས་བདག་གཞན་དུ་མེད།
བདག་ལས་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་དུ་མེད། སྐབས་འདིའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་
པ་དེ་སྦྱར་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད་དེར་བརྗོད་ཀྱི་མེད། འདིར་བདག་གི་སྟོང་གི་
སྟོང་པ་ཉིད་དེར་བརྗོད་ཀྱི་ཡིད། སྦྱར་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་པ་ཞིག་མེད། ཆོས་
ཅན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཡན་གར་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད། ཆོས་
དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཡན་གར་བ་ཡོད་ན། ཆོས་ཉིད་བདེན་གྲུབ་



ཅེས་བཅོམ་ཐུབ་པ་ཡིན། ཆོས་ཉིད་བདེན་གྲུབ་ཅེས་བཅོམ་མི་ཐུབ་པ་དེ་
ནི། ཆོས་ཉིད་ཅེས་པ་དེ་ཉིད་ཆོས་ཅན་གྱི་ཡིན་ལུགས་གཅིག་གི་ཐོག་
ཏུ་བཅོམ་གྱི་ཡོད་པ་ལས། ཆོས་ཅན་གྱི་ཡིན་ལུགས་གཅིག་དང་མ་འབྲེལ་
པའི་ཆོས་ཉིད་ཅེས་པ་ཞིག་བཞག་ཐུབ་ཐབས་མེད།

དེས་ན། བདག་སྟོང་པའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་བདག་གོ། ཞེས་
བཅོམ་སྐབས་བདག་གི་སྟོང་གི་བདག་བཅའ་ན་རྟེན་རྒྱ་མེད་པའི་བདག་རང་
བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དེ་བདག་གི་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་བདག་དེ་བདག་
གི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན། བདག་གི་ཆོས་ཉིད་དེ་བརྟེན་ནས་
བཏགས་པ་མ་ཡིན་པར་ངོ་མཉམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྟོང་པའི་ཆོས་ཉིད་དེའི་
དབང་གིས་བསྟོམ་ནས་གྲུབ་པ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན། དེར་བརྟེན་འགྱུར་བ་སྒྲ་
ཆོག་ས་དེ་དག་ཡོང་གི་ཡོད། ལྷ་མགུར་ཨ་མ་ངོས་འཛིན་ལས།

འགྱུར་བ་སྒྲ་ཆོག་ས་འདི་འགྱུར་མེད་ཨ་མའི། །

རྣམ་འགྱུར་ཡིན་པས་ན་གོ་རྒྱ་འདུག་གོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། འགྱུར་བ་སྒྲ་ཆོག་ས་ཡོང་བ་འདི་འགྱུར་
བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཆོས་ཉིད་དེའི་རྣམ་འགྱུར་ལ་གོ་རྒྱ་ཞིག་ཡོད། དེས་
ན་སྟོང་ཉིད་ཅེས་པ་དེ་བསྟོམ་རྒྱུའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ནི། བདག་འཛིན་
ཞེས་པ་དེ་མེད་པར་བརྗོད་རྒྱུ་དེ་ཡིན། བདག་འཛིན་མེད་པར་མ་བཟོས་ན།



ཆགས་སྒྲིང་གི་སྒྲོ་མེད་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཡང་མགོན་པོ་སྐུ་སྐུ་བ་
གྱིས་མཛད་པའི་རྩ་བ་ཤེས་རབ་གྱི་རབ་བྱེད་ཉེར་བཞི་པ་ལས།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཟད་པའི་མཐར། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་ནམ་ཉོག་ལས། །

དེ་དག་སྦྱོས་ལས་སྦྱོས་པ་ནི། །

སྦྱོང་བ་ཉིད་གྱིས་འགག་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེའི་དོན་དབྱུང་མ་བཞི་བརྒྱའི་ནང་བཀྲལ་བར།

ལུས་ལ་ལུས་དབང་ཇི་བཞིན་དུ། །

གཏི་མུག་ཀུན་ལ་གནས་གྱུར་ཏེ། །

དེ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

གཏི་མུག་བཅོམ་པས་བཅོམ་པར་འགྱུར། །

ཞེས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ཞེས་པ་ནི། མིག་གི་དབང་པོར་ལུས་ཀྱི་
དབང་པོས་བྱུང་ཡོད་ཅིང་། མིག་དབང་གཟུགས་ཅན་ཕྱོལ་འཛོག་སྐྱབས་
རེག་རྒྱ་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་ཀྱང་། མིག་གི་དབང་པོ་དང་། ན་
བའི་དབང་པོ། ལྷ་ཡི་དབང་པོ་དེ་དག་ལ་ལུས་ཀྱི་དབང་པོས་བྱུང་ཡོད་
པ་དང་། མིག་གི་དབང་པོ་དེས་ལྷ་ཡི་དབང་པོར་བྱུང་མེད་ལ། དེ་བཞིན་
ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་སྐྱེ་བྱིངས་ལ་བྱུང་མེད། དཔེ་དེ་བཞིན་འདོད་ཆགས་



དེ་ཞེ་སྤང་ལ་བྱབ་མེད་ཅིང་། ཞེ་སྤང་དེ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཐེ་ཚོམ་དང་།
 ང་རྒྱལ་ལ་བྱབ་མེད་པར་སྤོང་འགྲོ་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་གཏི་མུག་བདེན་
 འཛིན་ཞེས་པ་དེ་ང་རྒྱལ་དང་། ཞེ་སྤང་། འདོད་ཆགས། ལྷག་དོག་
 སྤགས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་ཡོད།

ལུས་ལ་ལུས་དབང་ཇི་བཞིན་དུ། །

གཏི་མུག་ཀུན་ལ་གནས་གུར་ཏེ། །

ཞེས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་མཐའ་དག་ལ་ལུས་དབང་གིས་བྱབ་པ་ལྟར་
 ཉོན་མོངས་མཐའ་དག་ལ་གཏི་མུག་གིས་བྱབ་ཡོད་པ་ཡིན། གྲུབ་མཐའ་
 སྤོང་འགྲོ་ལུགས་ལ་གཏི་མུག་ལ་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱེ་ཡོད། དེ་བཞིན་
 མ་རིག་པ་ལའང་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་སྤྱེ་ཡོད། སྐབས་འདིར་མ་རིག་
 པ་ཞེས་པ་ནི། སྤྱིར་བཏང་གི་མ་རིག་པ་ལ་ལས་འབྲས་ལ་རྫོངས་པའི་མ་
 རིག་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྫོངས་པའི་མ་རིག་པ་ཞེས་གཉིས་བཞག་
 གི་ཡོད། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་འདུ་བྱེད་པ་ནི་ལས་འབྲས་ལ་
 རྫོངས་པའི་མ་རིག་པས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལས་འབྲས་ལ་རྫོངས་པའི་མ་རིག་
 པ་དེ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྫོངས་པའི་མ་རིག་པས་སྐྱེས་པ་ཡིན།



ཡུལ་འཕེལ་བྱི་མུ་བ་རྩ་བའི་ན

ཏེ་མི་ཤེས་པ་སེལ་ཐབས།

འདྲ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་དང་། འགྱུར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་འདི་
དགའི། གཙུང་པོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ལྷོངས་པའི་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ཡོང་
གི་ཡོད་པ་རྩ་བུ་ཞིག་པལ་ཆེར་ཡིན། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ནི་
བར་མཆོམས་དེར་ལས་འབྲས་ལ་ལྷོངས་པའི་མ་རིག་པའམ་མི་ཤེས་པ་
རགས་སུ་བྱིན་ཏེ་མདོར་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་བླ་སྤྱད་ནི་ད་
ལས་དགོས་པའི་ཡག་པོ་རེད་འདྲུག་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ཅ་བ་གང་ཞིག་ཡིན་
ཞེ་ན། མི་ཤེས་པ་དང་མ་རིག་པས་བྱས་པ་རེད་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནི་
ད་ལས་དགོས་པའི་རྒྱབས་ཆེན་ཞིག་ཡིན།

ལྷན་བཟུལ་གྱི་ཙུ་བ་མི་མེས་པ་སྐུ་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་སྐབས།
 མི་མེས་པ་དེ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་དཀོན་ལ། མི་མེས་པ་སེལ་ཐབས་རི་ལྗང་
 ཀྱི་དཀོན་མེ་ན། རྩོན་ལམ་བརྒྱབ་ནས་མི་མེས་པ་སེལ་མི་བྱུང་པར་མ་
 ཟད། དམག་ཀྲངས་ནས་ཀྱང་མི་མེས་པ་སེལ་མི་བྱུང། མི་མེས་པ་སེལ་
 ཐབས་ནི་མི་མེས་པ་འདི་རྩོག་སྤྱོད་མེས་པ་འདི་རྩོག་སྤྱོད་པ་འདི་ཐོག་ནས་མི་མེས་



པ་དེ་སེལ་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ཀ་ཁ་ག་ང་མི་ཤེས་པའི་མི་ཤེས་
 པ་དེ་སློན་ལམ་བརྒྱབ་ནས་སེལ་རྒྱུ་མེད། དེ་བཞིན་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་ཀྱང་
 སེལ་མི་ཐུབ། དེ་ནི་ཀ་ཁ་ག་ང་བསྐྱབས་ནས་དེ་ཤེས་པའི་སློ་ཞིག་ནས་
 རྒྱུས་པ་ན་ཀ་ཁ་ག་ང་མི་ཤེས་པའི་སློ་དེ་སེལ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཀ་ཁ་མི་
 ཤེས་པའི་སློ་དེ་ཀ་ཁ་ཤེས་པའི་སློ་དེ་རྒྱུས་ཅམ་ཉིད་ནས་སེལ་བ་ཡིན།

དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་མི་ཤེས་པའི་སློ་སེལ་ཐབས་ནི་ཤེས་པའི་སློ་ཞིག་
 རྒྱུས་པའི་སློ་ནས་སེལ་དགོས་པ་ཡིན། སྐབས་འདིའི་མི་ཤེས་པ་ལ་མ་
 ཉོགས་པའི་མི་ཤེས་པ་ཙམ་དང་། ཐུན་ཅི་ལོག་དུ་ཉོགས་པའི་མི་ཤེས་
 པ་བཅས་གཉིས་ཡིད། སངས་རྒྱས་པའི་གཞུང་དུ་མ་རིག་པ་གསུང་སྐབས།
 ལོག་ཤེས་ལ་བཞག་པ་གཅིག་དང་། ཡང་མོངས་ཙམ་ལ་བཞག་པ་གཅིག་
 བཅས་རིགས་གཉིས་ཡིད་གི་ཡིད།

མདོར་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩ་བ་མི་ཤེས་པས་བྱས་པ་རེད་ཅེས་པའི་
 མི་ཤེས་པའི་རྩ་བ་ནི། མི་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་བྱེད་ཀྱི་ཡིད་ཀྱང་། གཙོ་
 བོ་ཐུན་ཅི་ལོག་དུ་ཉོགས་པའི་མི་ཤེས་པ་དེས་བྱེད་ཀྱི་ཡིད་པ་གསལ་པོ་ཡིན།
 དེས་ན།

ལུས་ལ་ལུས་དབང་ཇི་བཞིན་དུ། །

གཏི་མུག་ཀུན་ལ་གནས་གུར་ཏེ། །



དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

གཏི་མུག་བཙོམ་པས་བཙོམ་པར་གྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་མུག་ཇི་ལྟར་བྱས་ཏེ་བཙོམ་དགོས་
སམ་ཞེ་ན། མོང་གི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

མཐོང་ན་གཏི་མུག་འབྱུང་མི་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། སྐབས་འདིའི་གཏི་མུག་ཅེས་པ་དེ་གང་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ལམ་དངོས་པོ་ངོ་བོ་
ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་
འཛིན་པའི་འཛིན་པ་སེལ་རྒྱུ་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་
ཡིན་པ་ལས། དངོས་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས་བཏགས་ལས་ གཞན་ལ་སྟོས་
མེད་རང་དབང་གི་སྟོན་སྲུང་པ་ཞིག་མེད་ཅེས་རྟེན་འབྱུང་གི་སྟོན་སྲུང་
ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་དེ་བཀག་གི་ཡོད།

རྟེན་འབྱུང་གི་སྟོན་སྲུང་པ་ནི། གཞན་ལ་རག་ལུས་པ་དང་རྟེན་
གཞན་ལ་སྟོས་པ་དེ་གསུངས་པ་ཡིན། རྟེན་གཞན་ལ་སྟོས་པ་དང་མི་སྟོས་
པ་གཉིས་ནི་འགལ་བ་ཡིན། བསྟན་སྲུང་སྐབས་གསུངས་པ་སྟོན་འགལ་
བ་ལ་དངོས་འགལ་དང་རྒྱུད་འགལ་ཞེས་གསུངས་པ་སྟོན་ཡིན། དངོས་



འགལ་ནི་ཕུང་གསུམ་སེལ་བའི་འགལ་བ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། ཁ་སང་
སྐད་ཆ་བྱང་བ་ལྟར། ཆོགས་ཁང་འདིར་གླང་ཆེན་ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་
བརྗོད་ན། ཡང་ན་གླང་ཆེན་ཡོད་པ་དང་། ཡང་ན་གླང་ཆེན་མེད་པ་གང་
རུང་ཡིན་དགོས་པ་ལས། ཆོགས་ཁང་འདིར་གླང་ཆེན་ཡོད་པ་མ་ཡིན།
གླང་ཆེན་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་བརྗོད་རྒྱ་མེད། ཡོད་མེད་གང་རུང་
ལས་འགྲོ་ས་གཞན་མེད།

ཡང་བུམ་པ་དང་ཀ་བ་ཞེས་བརྗོད་པ། དེ་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་
ན་ཡང་། ཀ་བ་མིན་པ་དང་། བུམ་པ་ཡང་མིན་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོང་བ་
ཡིན། བུམ་པ་དང་བུམ་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བརྗོད་ན། ཡང་ན་བུམ་པ་མ་
ཡིན་པ་དང་། ཡང་ན་བུམ་པ་ཡིན་པ་བཅས་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་གསུམ་
པ་ཞིག་མེད། དེས་ན་ཕུང་གསུམ་སེལ་བའི་དངོས་འགལ་ཞེས་པ་དེ་གསུང་
གི་ཡོད། དེ་བཞིན་རྩོས་པ་དང་མི་རྩོས་པ་གཉིས་ཕུང་གསུམ་སེལ་བའི་
འགལ་བ་ཡིན། ཡང་ན་རྩོས་ནས་གྲུབ་དགོས་ལ། ཡང་ན་མ་རྩོས་པར་
གྲུབ་པ་ཡིན། དེ་གཉིས་གང་རུང་ལས་འགྲོ་ས་གཞན་མེད།

རྟེན་འབྱུང་ཞེས་བརྗོད་སྐབས་རྩོས་ནས་གྲུབ་པ་དེ་གསུང་གི་ཡོད།
དེ་ནི་རྟེན་གཞན་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། རྟེན་གཞན་ལ་རྩོས་པ་ཡིན། རྟེན་
གཞན་ལ་རྩོས་པ་མེད་ན། རྟེན་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་དོན་མེད།



ཀྱི་ནང་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱི་ནང་གཞན་ལ་ལྟོས་
 པ་དེ་བརྟེན་པ་ཡིན། ཀྱི་ནང་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་པས་ན། ཀྱི་ནང་གཞན་
 ལ་རག་ལུས་པ་དེ་བརྟེན་ཡོད། ཀྱི་ནང་གཞན་ལ་རག་ལུས་པ་དེ་བརྟེན་ཡོང་
 གྲུབ་སྟེ། གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པར་ངོ་ཤོས་གྲུབ་པ་དེ་མེད་པར་གྱུར་གྱི་
 ཡོད། དེས་ན།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

མཐོང་ན་གཏི་མུག་འབྱུང་མི་འགྱུར། །

དེ་ཕྱིར་འབད་པ་ཀྱི་ནང་གིས་འདིར། །

གངས་འདི་ཐོག་མར་བསྐྱད་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། དེར་བརྟེན་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་
 ཀྱིས་རྟེན་འབྱུང་ལ་བསྐྱབས་བཞུགས་ཆེད་མེད་གནང་སྟེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་འདི་རྒྱལ་བ་ཡི། །

གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་གཅེས་པ་ཟབ་མོ་སྟེ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ནི་བདེན་པ་ཡིན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་རྟེན་
 འབྱུང་ཞེས་གསུངས་པའི་ལྷ་བ་འདིས་མངོན་མཐོ་བསྐྱབ་རྒྱ་ཡང་འདི་ནས་
 གསུངས་ཤིང་། དེས་ལེགས་བསྐྱབ་པ་ཡང་འདི་ནས་གསུངས་ཡོད། གཞི་
 དངོས་པོའི་ཡིན་ལུགས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ཆ་ཆང་ཡང་འདིའི་ཐོག་ནས་



གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱས་འབྲས་བུ་སྐྱེས་ཞེས་པའི་སྐྱེ་ལུགས་དེ་ཡང་།
 བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་སྐྱེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། བདག་ལས་སྐྱེ་བ་དང་
 གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་མིན་ཞེས་སོགས་མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་དེ་དག་བཀག་པ་དང་།
 འབྲས་བུ་སྐྱེས་ཞེས་བརྗོད་སྐབས། སྐྱེད་བུ་འབྲས་བུའི་ངོས་ནས་བསམ་
 སྡོམ་ཞིག་བཏང་ན་ཡང་། ཡོད་པ་སྐྱེ་བ་མིན་ལ། མེད་པ་སྐྱེ་བ་ཡང་མིན།
 འོ་ན་གང་འདྲ་ཞིག་སྐྱེས་སམ་ཞེ་ན། འབྲས་བུའི་ཆོས་དེ་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་ལུགས་
 དེ་ཡང་མིང་ཅམ་གྱི་སྐྱེ་བ་དང་། མིང་ཅམ་གྱི་འབྲས་བུ་བུང་བ་ཡིན་ཞེས་
 གསུངས་པ་དང་། རྒྱས་སྐྱེས་ཞེས་པའི་སྐྱེད་བུའི་ཀྱི་ངོས་ནས་བསམ་སྡོམ་
 བཏང་ན་ཡང་། མིང་ཅམ་གྱི་སྐྱེ་བ་དང་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་སྐྱེ་བ་ཡིན།

ངོ་ཐོས་དཔུང་ན་ཡང་། གང་ཟག་དང་གིང་རྩ་ལྟ་བུ་རྣམ་པ་བདུན་
 གྱི་སྒོ་ནས་བཅལ་ཀྱང་རྟེན་རྒྱ་མེད། དེས་ན་ངོ་ཐོ་དེ་ཡང་བརྟེན་ནས་
 བཏགས་ཅམ་གྱི་སྒོ་ནས་བཞག་པ་ཡིན། མདོར་ན་རྒྱ་ཡིན་ན་ཡང་རྒྱས་
 བུ་བ་བུའི་སྐྱེངས་དང་། ངོ་ཐོའི་གནས་སྐྱེངས། འབྲས་བུ་གྲུབ་སྐྱེངས་
 འདི་དག་ཐམས་ཅད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་པ་དེའི་ཐོག་ནས་
 འབྲེལ་བ་གད་རྒྱག་སྐབས་ཏག་ཏག་འགྲོ་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེས་
 སྒྲོང་ཉིད་བསྒྲོམས་ནས་ཉོན་མོངས་ལ་གཞི་དུ་རྒྱུ་འདི་ལྟར་ཡིན།

གཞན་ཡང་ཉོན་མོངས་ལ་ལྟ་མིན་གྱི་ཉོན་མོངས་དང་། ཤེས་



ཁྲིམ་ལ་སྒྲིན་ནས་ང་ཆོས་ནང་ཆོས་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཅོམ་གྱི་མེད་ལ། དེ་
ནི་ནང་པའི་ཆོས་རེད་ཅེས་བཅོམ་དོན་ཡང་མེད། སྤྱིར་བཏང་ཤེས་
བྱ་ཡུལ་གྱི་ནམ་གཞག་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་དག་བསྒྲུམས་བརྒྱབ་ན། དེའི་ནང་ལྟ་གྲུབ་འབྲས་མིན་འདི་དང་
འདི་ཡོད་རེད་ཅེས་དང་། ནང་པའི་ལྟ་གྲུབ་ལ་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་བཞི་ཡོད་
པ་དང་། དེ་དག་སོ་སོ་ལ་བྱེད་པར་འདི་དང་འདི་ཡོད་ཅེས་བཤད་ན། ཁྲིམ་
རཏ་ཅང་འབྲུག་པོ་ཞིག་ཆགས་སྐྱེ་དང་། ཁྲིམ་རནས་ཉོ་ཆ་བརྒྱབ་དང་། མ་
བརྒྱབ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བ་ལས། དེ་ལ་ང་ཆོས་བྱས་
གཏོགས་བྱེད་སྐྱེ་གང་ཡང་མེད།

གོང་དུ་བཅོམ་པ་ལྟར། ནང་པའི་ཆོན་རིག་གི་ཤེས་བྱ་གཞི་ཡི་
ནམ་གཞག་སྒྲོར་བཅོམ་སྐབས། དེ་ལ་བཟང་ངན་དང་ཐང་དོར་གྱི་སྐད་
ཆ་གང་ཡང་མེད། ཉོན་མོངས་དང་ཆགས་སྐྱེ་ཞེས་པ་དེ་དག་འདི་འབྲས་
ཞིག་རེད་ཅེས་ངོ་སྤྲད་པ་ལས་དེ་སྒྲིན་རེད་ཅེས་བཅོམ་གྱི་མེད། རབ་དུ་
མ་ཞི་བ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་སེམས་འབྲུགས་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་གྱི་ཡོད་
པ་ལས། སྤྱི་གུ་པའི་སྐད་ཆ་གང་ཡང་བཤད་གྱི་མེད། སེམས་འབྲུགས་
པ་དེ་ཡག་པོ་རེད་ཅེས་བཅོམ་ཀྱང་འགྲིགས་པ་ཡིན། ཁོ་རང་སེམས་
འབྲུགས་ནས་བསྐྱེད་ན་འགྲིགས།



དེ་དོན་སྒྲིབ་པའི་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་དོན་འདི་འདྲ་
ཞིག་ཡིན། བྱེད་རང་ཆོ་སེམས་པ་སྒྱུད་པོ་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་སུ།

སྒྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །

དགེ་བ་ལུན་སུམ་ཆོག་པ་ར་སྒྱུད། །

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །

འདི་ནི་སངས་རྒྱུས་བཞུན་པ་ཡིན། །

ཞེས་པ་འདི་ར་བསམ་མོ་ཅུང་ཙམ་བཏང་། དེ་མིན་སངས་རྒྱུས་
བཞུན་པའི་གནད་གཅོ་བ་ནི། ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཤེས་
རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཐབས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་གཅོ་བ་ནི་ཤེས་
རབ་ཀྱི་ཐོག་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་ཐབས་ཀྱི་བྱེད་པར་གོང་ནས་གོང་དུ་སྒྲེལ་དགོས་
པ་ཡིན། དེས་ན་ཤེས་རབ་དེ་གང་ཞེ་ན།

སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །

སྒྲུ་མ་ཟེལ་པ་ཆུ་བྱར་དང་། །

མི་ལམ་སྒྲོག་དང་སྒྲིན་རྩ་བུ། །

འདུས་བྱས་ཆོས་རྣམས་འདི་ལྟར་ལྟ། །

ཞེས་པས་ལྟ་བུ་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ཡང་ལྟ་ཞེས་པ་དེས་སྒྲོས་ཞེས་
པའི་དོན་ཡིན། ལྟ་བུ་ཞེས་པ་ནི་འདྲལ་བྱེད་ཅིག་གི་ཡིན་ལུགས་མཐོང་



བཞིག་ཡིན། ལྷུབས་སུ་མཆི་ཞེས་པ་དང་། ཐར་པ་ཐོབ་ན། ལྷུག་བསྐལ་
 ལས་བྱལ་ན་བསམ་པ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ནི་འདུན་པ་ལས་ལྟ་བུ་མིན། ལྷུག་བསྐལ་
 གྱི་རྒྱ་འདི་འདྲ་ཡིན་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱི་གནས་སྒྲངས་འདི་འདྲ་རེད་
 ཅེས་བརྗོད་པ་ནི་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་ན། འདུས་བྱས་ཆོས་རྣམས་དེ་ལྟར་
 ལྟ་། རྟོགས་པ་དེས་ལྟ་བུ་དེ་གསུང་གི་ཡོད། རྟོན་འབྲུང་གི་ལྟ་བུ་དེ་ཡང་
 འདིར་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་བརྟན་ནས་བཏགས་པའི་ལྟ་བུ་དེ་ཡང་
 འདིར་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་སྦྱིད་པོ་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་འདི་དག་
 གོ་དོན་རྣམས་ལ་བསམ་མཁོ་ཅུང་ཟད་བཏང་ནས་ཡིད་གར་བྱེད་དགོས། དེ་
 མིན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་ནང་དུ་ཆགས་སྤང་གི་ཆོ་སྦྱི་སྐབས་གང་
 འདྲ་ཡོང་གི་འདུག་དེ་དག་ལ་བསམ་མཁོ་ཞིག་བཏང་ན་ཏུ་ཅང་ཡག་པོ་ཡོད།



ང་རང་ཆོ་སྦྱིར་བཏང་མི་མང་ཆེ་བ་ནམས་བདེ་སྦྱིད་འདོད་པ་འདྲ་
 མཚུངས་ཡིན་ན་ཡང་། གཙོ་བོ་སྒོ་ལའི་ཤེས་པ་བརྒྱད་ནས་ཡིད་ཆོར་
 བདེ་བ་ཡོང་བ་དེ་གཙོ་བོར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རྣམ་པར་བྱི་བྱུང་དངོས་པོ་ཡར་
 བྱས་བྱིན་པའི་ཡུལ་ལུང་གི་ནང་དུ་བརྟམས་ན། མིག་གིས་བརྟན་འཕྲིན་
 ལྟ་བ་དང་། རྟ་བས་གཞས་ཉན་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་དང་། གཞས་ཉན་སྐབས་
 མིག་བརྟམས་ནས་མིག་གི་ཤེས་པའི་ཡོངས་སྒྱུད་བྱའི་ཡུལ་མེད་ཀྱང་། རྟ་
 བའི་ཡུལ་དེར་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བརྟམས་ནས་སྔོན་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
 མདོར་ན་མིག་གི་ཤེས་པས་དབྱེ་བས་དང་ཁ་དོག་སོགས་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྤང་
 བའི་སྒོ་ནས་ཡིད་སྒོ་ཆོམ་པ་དང་། ཡིད་སྒོར་སེམས་པའི་བདེ་བ་སྦྱེ་བའམ་
 བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་ཉན་ནས་ཡིད་ལ་སེམས་པའི་བདེ་བ་སྦྱོང་བ། ཁ་ལག་
 བཟས་པ་དང་། ཨ་རག་འཐུང་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེས་རོ་སྤངས་
 པ་དང་། དེ་བཞིན་ངེ་དང་རེག་བྱ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེས་པའི་ཡིད་
 ཆོར་གྱི་བདེ་བ་གཙོ་བོར་ལྷུར་བྲུང་བཞིན་ཡོད། དེས་ན་འདོད་ཁམས་



པ་ཞེས་གཟུགས་སྒྲིའི་རིམ་གྱི་འདོད་པའི་ཡིན་ཏན་ལ་གཙོ་བོར་བཞུགས་
 ཅིང་། དེ་ལ་བཞུགས་ནས་ཐོབ་པའི་ཡིད་སྣོན་བདེ་བ་ཞིག་ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་
 བཅོམ་བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་དེ་རིམ་གྱི་མིག་གིས་གཟུགས་མཛེས་
 པ་མཐོང་བ་དང་། རྒྱ་བས་སྒྲ་སྒྲན་པ་ཐོས་ཀྱི་ཡོད་པའི་རིང་ལ་ཡིད་ཆོར་
 གྱི་བདེ་བ་དེ་ཡོད་ལ། དེ་དག་འགགས་ན་ཡིད་ཆོར་གྱི་བདེ་བ་དེ་མེད།

ད་དུང་མི་མང་པོ་ཞིག་མིག་གིས་ལྟ་མོ་ལྟ་བུ། རྒྱ་བས་སྒྲ་ཉན་
 རྒྱ་ཞིག་མེད་ན་ཉིན་མ་མ་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུ་བྱེད་གྱི་ཡོད། ཡུལ་སྐོར་སྐོར་འཆམ་
 ཏུ་འགྲོ་མཁན་ཀན་པོ་ཀན་མོ་མང་པོ་སོགས་ཀན་གཞོན་མང་པོ་ཞིག་ནི་རང་
 ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་ཉི་མ་མ་འབྲེལ་བར་དུལ་ཅུང་ཟད་གཏོང་བྱུ་ཡོད་པའི་གུས་
 དང་། ཡང་བཟའ་ཚང་བུ་སྟག་རྒྱལ་ལ་འདས་གྲོངས་སུ་སོང་བའི་ཀན་པོ་
 ཀན་མོ་མང་པོ་ཞིག་ནི་རང་ཉིད་ཀྱང་ཁྱི་རྒྱུ་སྒྲིའི་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་
 གྱི་ཡོད། ཁྱི་རྒྱུ་ག་བརྒྱབ་སྟེ་སྒྲིའི་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་
 འདྲ་མིན་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ས་ཆ་གསར་པ་ལ་བཞུགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ལྟ་མོ་
 གསར་པ་ལྟ་བུ་བཞུགས་ནས་འདི་ལྟར་དུ་ཉིན་མ་འབྲེལ་ཐབས་བྱེད་གྱི་ཡོད།
 དེ་དག་གང་གིས་ལན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ནང་གི་ཡིད་སྣོན་སྟོང་ནས་བདེ་སྦྱིད་
 བསྐྱབ་བྱུའི་བསམ་སྣོན་འཁོར་ཐུབ་གྱི་མེད་པ་དེ་བུས་པ་ཡིན།

ཡེ་ཤུའི་ཆོས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་། དཀོན་མཆོག་ལ་ཕྱེ་གཅིག་



དུ་ཡིད་ཆེས་བྱས་ནས་དེ་གསལ་ཡིད་ལ་འཆོམ་པ་སྟེ་ར་པའི་ཉམས་སྤྱོད་ཅུང་
 ཟད་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ངས་ཡེ་ཤུའི་དགོན་པ་མང་པོ་མཐོང་སྤྱོད་། དེ་
 དག་ལས་དགོན་པ་འགའ་ཞིག་རིམ་གྱི་སྒྲིག་པ་ཆེད་དུ་ཆགས་ཏེ་གྲོང་དང་འབྲེལ་བ་
 ཅུ་བ་ནས་མེད་ཅིང་། དགོན་པའི་ཕྱི་ལ་འགྲོ་བའི་སྐབས་དང་། རང་
 ཉིད་དགོན་པའི་ཤག་ནང་སྤྱོད་པའི་སྐབས་བཅས་སུ་ཡེ་ཤུའི་གཞུང་ལུགས་
 གྱི་དེབ་རིགས་ལྟོག་པ་དང་། ཉིན་ཞག་ལུགས་གཅིག་རིང་སྟོན་ལམ་བཟུབ་
 རྟེན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་སྤྱོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་ཆོས་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་སྟོའི་སྟེང་
 ནས་བདེ་སྤྱོད་བསྐྱབ་སྤྱོད་པས་མ་ཆོ་ཞིག་བྱུང་ན། སྟོན་ཐུང་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་
 ཏེ་བདེ་སྤྱོད་འཆོལ་སྤྱོད་དེ་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན་པར། གཙོ་བོ་ནི་ཡིད་སྟོའི་སྟེང་ནས་
 བདེ་སྤྱོད་བསྐྱབ་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན། ཡིད་སྟོའི་སྟེང་ནས་མ་སྤྱོད་པ་ཡོང་བ་ནི་སེམས་
 རབ་དུ་མ་ཞི་བ་བྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སེམས་ཀྱི་སྟེང་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་
 ཡོང་གི་ཡོད། དེ་བས་ན་ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་པོ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་ཉུང་
 དུ་གཏོང་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་ཉོན་གཅིག་དང་། བདུན་ལྷག་གཅིག་
 ལོ་གཅིག་བཅས་རིམ་པས་རྒྱན་བསྐྱེད་སྤྱོད་ན་སེམས་དེ་ཞི་འཇམ་དང་། རེ་
 བཟང་དུ་སྤོང་ནས། སེམས་པ་གྲུ་ཡངས་བག་ཤེབས་ཤིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་
 ལྟ་བུའི་ཐོག་ནས་མི་ཆེ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་ཡོང་བུ་ཡིན།



དེང་གི་ཆོན་རིག་པ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐག་ཆོད་པོའི་སྒོ་ནས།
 སེམས་ཞི་བདེ་དང་སྦྱིད་པོ་ཡོད་ན་ལུས་བདེ་བ་ཡོང་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་
 ན་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ནི་སེམས་བྲལ་དང་། དངངས་སྐྱུག་ཁོང་སྒོ་ཆེན་པོ་
 བྱས་པ་སོགས་ཀྱིས་བྲག་ཅ་ཉམས་ཏེ་ན་བ་དང་། དུང་ཆོན་རིག་པ་འགའ་
 ཞིག་གིས་བརྗོད་པ་ལ། ཞེ་སྤང་དང་། འཇིགས་སྤང་བྱགས་ཆེན་པོ་
 བྱང་ན་སྒོ་དེས་བྲག་ཅ་ཟད་འགྲོ་ཚུལ་ཡང་བརྗོད་ཀྱི་འདུག

དེ་མིན་སེམས་བག་ཐེབས་པོར་གནས་ཏེ། ལུག་བསྐལ་ཞིག་བྱང་
 ན་ཡང་ནང་པའི་ཆོས་ནས། ཉན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་ཅན་གྱི་སྲིད་
 པ་འཁོར་བར་གནས་ཐྱིན་ཆད་ལ་བཀྲ་མི་ཤིས་པ་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན་པ་གཏན་
 འཁེལ་བ་ཡིན། དེས་ན་ཐར་པ་བསྐྱབ་དགོས་པ་གསུངས་ཡོད་པ་ལས།
 སྲིད་པ་འཁོར་བ་འདི་སྦྱིད་པོ་ཡོད་ན་ཐར་པ་སྐྱབ་དགོས་དོན་མེད། དེ་
 ལྟ་བུའི་བསམ་མཁོ་ཞིག་འཁོར་ན། རང་བཞིན་གྱི་སེམས་བག་ཐེབས་
 པོ་དང་ཞི་ལྡོད་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྦྱོད་འདུག་ལས།

གལ་ཏེ་བཅོས་སུ་ཡོད་ན་ནི། །

དེ་ལ་མི་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

གལ་ཏེ་བཅོས་སུ་མེད་ན་ནི། །

དེ་ལ་མི་དགའ་བུས་ཅི་ཡན། །



ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ལྷག་པར་སྔོན་འདུག་སྟགས་ཀྱི་
གཞུང་ནམས་བལྟས་ན། སེམས་ནང་ཐར་པ་བསྐྱེད་ཆུང་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་
བསྐྱེད་པས་དེ་ཉིད་མོངས་ལ་དགར་བལྟ་བ་དང་། ཉིད་མོངས་པའི་གཉིན་
པོ་བསྐྱེད་ཆུང་དོན་དུ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་
དང་། སྐྱེས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ། གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡོང་
བར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དེས་འཕམ་དུ་སེམས་ལྟོད་གིག་གེར་སྔོན་པ་ཞིག་ཡོང་
བ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་འདི་ཏ་ཅང་རྒྱས་པ་ཆེན་པོ་
རེད་འདུག་ སྔོན་འདུག་ལས།

འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་པ། །

དེ་ཀྱན་གཞན་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

འཇིག་རྟེན་སྤྱད་བསྐྱེད་ཇི་སྟེད་པ། །

དེ་ཀྱན་རང་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

མང་དུ་བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས། །

བྱིས་པ་རང་གི་དོན་བྱེད་དང་། །

ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པ། །

དེ་གཉིས་ཀྱི་ས་ནི་བྱུང་པར་སྟོས། །



ཞེས་གསུངས་པ་ནི་དངོས་གནས་བདེན་པ་རེད། དེ་བཞིན་སྟོན་

འདུག་ལས་ཀྱང་།

བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་དག །

ཡང་དག་བཟེ་བར་མ་བྱས་ན། །

སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་མི་འགྲུབ་ཅིང་། །

འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕན་པའི་བསམ་པ་ཞིག་སྦྱེས་ཏེ་གང་
མཆམས་གོམས་འདིས་བྱུང་ན། ཅི་བྱས་ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། ཅི་བྱས་
བདེ་སྦྱིད་ཡོང་བའི་དོན་དུ་འགྲོ་བ། ཅི་བྱས་སེམས་ལ་ཞི་བདེ་ཡོང་བའི་
དོན་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། སྟོན་འདུག་ལས།

ས་སོགས་འབྱུང་པོ་ཆེན་པོ་དང་། །

ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྟག་པར་ཡང་། །

སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི། །

ནམ་མང་ཉེར་འཛོའི་གཞིར་ཡང་ཤོག །

ཅེས་ཞེ་ཐག་པ་ནས་སྟོན་ལམ་བརྒྱབ་པ་དང་། སེམས་ཐག་བཅད།
བསྟོ་བ་སོགས་བྱས་ན་ལུས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཉུང་ཞིང་། སེམས་པ་སྦྱིད་པ་
ཞིག་ཡོང་བ་ངེས་གཏན་ཡིན། རང་གི་ལུས་འདི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་



ལ་བསྒྲིམ་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡུལ་བ་ཡིན་བསམ་པ་ཞིག་དང་། རང་གི་ངག་འདི་ཡང་སེམས་ཅན་ཡུལ་བ་ཡིན་བསམ་པ་དང་། རང་གི་ཡིད་འདི་ཡང་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་ཡུལ་བ་ཡིན་བསམ་པ་བཅས། དེ་ལྟར་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་པོ་ནམ་མཁའ་འི་མཐས་གདུགས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡུལ་ནས་འབངས་སུ་མཆིས་པ་ཡིན་བསམ་པ་བྱན་ན། ལུས་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་བྱུང་ཡང་དེས་གོ་ཆོད་སྲིང་བསམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་སེམས་ལ་དཀའ་ངལ་ཞིག་བྱུང་ཡང་དེས་གོ་ཆོད་སྲིང་བསམ་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་སྟོད་འདུག་ལས།

དེ་བས་སྟོད་འདུག་སེལ་བའི། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ན་བཞོན་ནས། །

བདེ་ནས་བདེ་བར་འགོ་བ་ལ། །

སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་སྦྱིད་ལུག་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སམ་ཕན་པའི་བསམ་པའི་སྒོ་ཞིག་སྦྱངས་ན་རིམ་བཤམ་ད་ལྟ་ང་རང་ཆོའི་སེམས་ནང་རང་ཉིད་ཁོ་ན་ལས་བསམ་རྒྱ་མེད་པར། བདེན་འཛིན་གྱིས་སྤང་སྟོང་ཆུགས་ཐུབ་བདེན་གྱུབ་ཅིག་ཏུ་ཞེན་ཏེ་ཐོགས་རེག་ཕན་བྱ་ཙམ་ཡང་འགོ་ས་མེད་པའི་སེམས་སྟེན་པོ་དེ་ལྟོད་ལྟོད་ཅིག་ཆགས་ན། སྟོད་པ་འཁོར་བར་གནས་



ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཙམ་སྤྱད་བསྐྱེད་གིས་མི་མནར་བཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། འོན་
 ཀྱང་འཁོར་བ་སྦྱིད་པོ་འདུག་ཅེས་སྟོན་གི་མེད། དེ་ནི་ཐར་པ་ཐོབ་དགོས་
 རོན་མི་འདུག་ འཁོར་བ་ལྟོད་ཐག་ཆོད་འདུག་ཅེས་བརྟན་གི་མེད། བྱང་
 རྒྱུ་མེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་
 གོ་འཕང་སྤྱད་པ་ལ་ཉན་རང་རྣམས་ཀྱི་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གི་སྟོ་ལས་ཀྱང་
 བརྒྱ་བྱུར་གི་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོད། སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་པ་དེ་དག་ཀྱང་བྱང་
 ས་ནས་མི་བཟད་པ་བརྒྱད་ཅུ་གསུངས་པ་ལྟར་དུ་ལས་པའི་ཤུགས་ཆེན་པོ་
 ཡོད། འོན་ཀྱང་འཁོར་བར་གནས་བཞིན་པའི་འདི་གའི་མུ་ནས་རང་ཉིད་
 ཀྱི་སེམས་ལ་སྟོ་བ་སྦྱེས་ཤིང་སྟོང་སྟོང་སྦྱེས་སྦྱེས་སྐབས། སྟོན་འདུག་ལས།

བདེ་ནས་བདེ་བར་འགོ་བ་ལ། །

སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་སྦྱིད་ལུག་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། དེས་ན། སྟོན་འདུག་ལས།

བདག་བདེ་གཞན་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་དག །

ཡང་དག་བརྩེ་བར་མ་བྱས་ན། །

སངས་རྒྱལ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཅིང་། །

འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད། །

ཞེས་གསུངས་པ་ཡོད། སེམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་གོ་སྟོན་ནས་བདག་



བད་གཞན་བད་དང་བཛེ་བར་བྱས་ན། མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
 པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། འབྲུལ་དུ་འཁོར་བར་གནས་པའི་རིང་
 ལའང་སྦྱིད་པ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེ་བཞིན་སྦྱིད་འཇུག་
 གས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་གཞན་མཉམ་བཛེའི་སྒོ་སྦྱངས་ན་མཐར་
 ཐུག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཙུང་ཡང་ཡང་བདེ་ཁིང་
 སྦྱིད་པ་ཡོང་གི་རེད་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།



མེམས་བསྐྱེད་དང་། སྐྱ་གསུམ་གྱི་ནམ་གཞག

མདུག་དུ་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ཆོགས་མའི་ཐོག་ནས་མེམས་བསྐྱེད་
བྱང་དུ་ཞིག་འདོན་གྱི་ཡིན། ང་རང་ཆོའི་གནས་འདིར་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་
ལྷན་འདས་ཏེ། པལྱའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། ལོ་རྒྱུས་གྱི་
ནང་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པ་ཤུ་བྱུ་བྱུ་བ་ལས་སངས་རྒྱལ་བཤད་གྱི་མེད།
བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་གྱི་རྗེས་སུ་སངས་རྒྱལ་རེ་ཙམ་བྱོན་པ་ཞིག་འདོད་
གྱི་ཡོད། ལེགས་སྐྱར་རམ་ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞུང་ནང་རྒྱ་གར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་
ཐོག་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནི་སྐྱ་བཞིར་སྟེ་བའི་ནང་གི་
སྐྱལ་སྐྱ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།

སྐྱལ་སྐྱ་ལ་མཆོག་གི་སྐྱལ་སྐྱ་དང་། བཟོ་བོ་སྐྱལ་སྐྱ། སྟེ་བ་
སྐྱལ་སྐྱ་བཅས་སྐྱལ་པའི་རོལ་གར་སྐྱ་ཆོགས་པ་ཞིག་གསུངས་ཡོད།
མཆོག་གི་སྐྱལ་སྐྱ་གང་གིས་སྐྱལ་པ་དང་། གང་གི་དབང་གིས་བྱུང་ངམ་
ཞེ་ན། ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱ་སྟེ། གཞུགས་སྐྱ་ལ་ཐ་རགས་གཉིས་
བཞག་ནས། གཞུགས་སྐྱ་རགས་པ་ཐ་མལ་པ་ནམས་གྱིས་མངལ་རྒྱ་ཡོད་



པའམ་སེ་སྐྱེ་ལས་དག་གིས་མངལ་ཕྱུ་ཡོད་པའི་མཆོག་གི་སྐུ་ལ་སྐྱེ་དང་།
གཟུགས་སྐྱེ་ཕྱ་བའི་ཡོངས་སྐྱོད་ཚོགས་པའི་སྐྱེ་སྤྱོད་སེམས་འཕགས་
པ་ནམས་ཀྱི་མ་གཏོགས་མངལ་མི་བྱུང་པའི་ཡོངས་སྐྱོད་ཚོགས་པའི་སྐྱེ་
གཉིས་ཡོད།

དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་གཉིས་པོ་གང་གི་དབང་གིས་བྱུང་ངམ་ཞེ་ན། ཡེ་
ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་ཞེས་ཤེས་བྱ་ངེ་ལྟ་ངེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་དུ་
མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་ཞེས་པ་དེ་མངོན་དུ་མངའ་ནས་
སྐྱོད་ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་སྐུ་ལ་པའི་རོལ་གར་སྤྲེལ་ཆོག་པ་བཞིན་སྟོན་ལམ་གྱི་
མཐུ་དང་། རྩོམ་ལྗོན་པ་ལ་བཞེན་ནས་བདེན་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་གཟིགས་
པའི་རྩོམ་ལྗོན་པ་ལ་བཞེན་ནས་གཟུགས་སྐྱེ་དེ་ཉིད་འབད་མེད་ལྷན་གྱུ་བ་
དུ་གར་བ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་ཡོང་བའི་རྩ་བ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་
ནི་རང་བཞིན་ནམ་དག་གིས་བྱུང་བ་ཡིན། ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་པོ་
ཞེས་རང་བཞིན་ནམ་དག་སངས་རྒྱས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱུང་ཆུབ་ཅེས་
མིང་བཏགས་པ་དང་། སངས་མ་རྒྱས་པའི་གོང་ཁམས་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་
པོ་ཞེས་མིང་བཏགས་ཡོད། རྒྱུད་བླ་མ་ལས་ཁམས་དང་བྱུང་ཆུབ་ཅེས་
གསུངས་ཡོད།



སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ནི། སེམས་
 ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་ལ་མ་དག་པའི་གནས་སྐབས་གཅིག་དང་། དག་མ་དག་
 གི་གནས་སྐབས་གཅིག་ བེན་ཏུ་དག་པའི་གནས་སྐབས་གཅིག་བཅས་གནས་
 སྐབས་གསུམ་དུ་བཞག་ཡོད། བེན་ཏུ་དག་པའི་གནས་སྐབས་ནི་བྱང་ཆུབ་
 དང་། དག་པ་དང་མ་དག་པ་གཉིས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ནི་བྱང་སེམས་འཕགས་
 པའམ་དག་བཅོམ་པ་དང་། ཡང་ན་སྒྲོམ་སྤང་མ་སྤང་པའི་ཆ་ནས་མ་དག་
 པ་དང་། མཐོང་སྤང་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་དག་པ་བཅས་དང་། ཡང་དག་
 བཅོམ་པ་དེ་དག་ཉོན་མྱིབ་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་དག་པ་དང་། བེས་སྤྱིབ་
 མ་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་མ་དག་པ་བཅས་བཞག་བྱུང་པ་ཡིན།

མདོར་ན། སོ་སྤྱོད་ཆོས་ནི་གང་ཡང་མ་སྤངས་པས་ན་མ་དག་
 པའི་གནས་སྐབས་གཅིག་དང་། དག་པ་དང་མ་དག་པའི་གནས་སྐབས་
 གཅིག་ བེན་ཏུ་དག་པའི་གནས་སྐབས་གཅིག་བཅས་གནས་སྐབས་གསུམ་
 བཞག་ གནས་སྐབས་གསུམ་ལས་བེན་ཏུ་དག་པའི་གནས་སྐབས་བྱང་
 ཆུབ་བམ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཞེས་པའི་གཙོ་བོའི་དགོངས་པ་བཞེས་ས་ནི།
 སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་བཞག་ཅིང་།
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྱུ་འཁྱིལ་བཏགས་པ་ཡིན། དེ་ལ་རང་
 བཞིན་ཆོས་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྱུ་དང་། མྱོ་བྱར་ཆོས་དག་



གེ་ཆར་ལྟར་པའི་དེ་བོ་ཉིད་སྐྱུ་པཅས་དེ་བོ་ཉིད་སྐྱུ་པ་ཆ་གཉིས་པའགལ་ཡོད།
གཞི་ལོ་གནས་སྐབས་སྐྱུ་པའི་ཆར་པགད་ལྟར་པ་ཡིན།

ཐུ་སྟོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་འདི་དག་སྐྱེ་པའི་རིམ་པར་ནམ་མཁའ་དང་།
 རྒྱུད་། མེ། རྒྱུ། ས་བཅས་རིམ་པར་སྐྱེ་བ་དང་། འགག་པའི་གནས་
 སྐབས་སུ་ས་དང་། རྒྱུ། མེ། རྒྱུད་། ནམ་མཁའ་བཅས་ཡར་རིམ་
 བཞིན་འགགས་པ་ཡིན། མཐར་སྟོང་པའི་ངང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། སྟོང་
 པའི་ངང་ནས་རྒྱུར་སྐྱེ་བ། ཡང་སྟོང་པའི་ངང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ཡང་
 རྒྱུར་གར་བ་བཅས་གས་འཛོར་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་དེའི་ཐོག་དུ་འགྲོ་གི་ཡིད།

དེ་བཞིན་ནང་བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ལ་གཉིས་ཏེ། ལྷོད་ཀྱི་འཛིག་
 རྟེན་དང་བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གཉིས་སུ་འཛིག་གི་ཡོད། ལྷོད་ཀྱི་འཛིག་
 རྟེན་ནི་གོང་དུ་བཤེད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཆགས་སྐྱངས་
 རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཡུང་པོ་རགས་པ་ཡོད་མཁན་
 ཞིག་ལ་ཆ་བཞག་ན། དེའི་སྐྱེ་རིམ་ནི་བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་སེམས་ལྡན་
 དང་། ལྷོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ནི་སེམས་མེད་ཡིན། བཅུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་
 འདི་སེམས་ལྡན་ཡིན་པས་ན། འབྱུང་བ་ལྟའི་ཐོག་དུ་ཤེས་པ་ལྷུར་དགོས་
 ཤིང་། ད་ལྟའི་ལུས་འདིར་ཆ་བཞག་ན། ད་ལྟའི་ལུས་འདི་འགག་རིམ་
 རི་ལྟར་བྱས་ཏེ་འགགས་སམ་ཞེ་ན། ས་ཁུ་དང་། ཁུ་མེ། མེ་རྩུང་།



རྒྱུང་ནམ་ཤེས། རྒྱུང་ནམ་ཤེས་ནམ་མཁའ་བཅས་ལ་རིམ་པར་བེམ་པ་ཡིན།
སྐབས་འདིའི་ནམ་མཁའ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་ཕྱི་ཡི་ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་པ་མིན་
པར་ནང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན།

ནང་གི་ནམ་མཁའ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟོང་པ་བཞིའི་གནས་
སྐབས་ཀྱི་ཤེས་པ་དེར་ནང་གི་ནམ་མཁའ་ར་བཞག་གི་ཡོད། དེ་ནི་རིམ་ཁྲ་
གསལ་སྒྲོན་གྱི་ནང་དུ་ཅང་གསལ་པོ་འདུག འདིའི་ཐ་སྙད་འདི་དུ་ཅང་
ཡག་པོ་རེད་འདུག དདུལ་ཆུའི་ཁྲིད་ཡིག་ནང་རྒྱུང་སྒྲུང་བར་བེམ་པ་ལ་
ཙོམ་ཞེས་གསུངས་ཡོད། འདི་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་གསུང་ནང་མེད།
རྗེའི་གསུང་རིམ་ཁྲ་གསལ་སྒྲོན་སོགས་གསུང་འགའ་ཞིག་ནང་དཔྱེ་བ་འདི་
ལྟར་ཕྱེ་ཡོད། དེ་ཡང་ས་ཆུ་མེ་རྒྱུང་ནམ་ཤེས་ནམ་མཁའ་བཅས་ལས་
ནམ་མཁའ་ལ་ལྟོང་པ་བཞི་ཕྱེ་ཡོད། དེ་ལྟར་ཕྱེ་སྐབས་འཆི་བའི་གནས་
སྐབས་སུ་བེམ་རིམ་བརྒྱད་ཡོང་བ་དང་། དེ་ཡང་ལུགས་འབྱུང་དང་།
ལུགས་ལྡོག་གཉིས་ལས་འབྱུང་བ་ལུགས་ལྡོག་ཅེས་གསུང་སྐབས། ལྟོང་
པ་བཞི་པ་ལས་ལྟོང་པ་གསུམ་པ་དང་། ལྟོང་པ་གསུམ་པ་ལས་ལྟོང་པ་
གཉིས་པ། ལྟོང་པ་གཉིས་པ་ལས་ལྟོང་པ་དང་པོ་ནང་གི་ནམ་མཁའ་དང་།
ནང་གི་ནམ་མཁའ་ཞེས་བརྟེན་སྐབས་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་
འཛོག་གི་ཡོད། དེ་ལས་རགས་པ་སྒྲོ་བུར་བའི་སེམས་དང་། དེ་ནས་



ནམ་ཤེས་ལས་རྒྱང་དང་། རྒྱང་ལས་མེ། མེ་ལས་ཀྱ། ཀྱ་ལས་ས་
 བཅས་དང་། ཐིམ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་ས་ཀྱ་མེ་རྒྱང་ནམ་ཤེས་ནམ་
 མཁའ་བཅས་དང་། ནམ་མཁའ་ལ་སྟོང་པ་དང་པོ་དང་། སྟོང་པ་གཉིས་
 པ། སྟོང་པ་གསུམ་པ། སྟོང་པ་བཞི་པ་སྟོན་དུ་ཕྱིན་པ་དང་། ལུར་སྟེ་
 བའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་སྟོང་པ་བཞི་པ་ནས་རིམ་བཞིན་སྟེ་བ་ཡིན།

དེས་ན་སྟོང་པ་བཞིའི་མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་འོད་གསལ་
 ཞེས་པ་དེ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 ས་ལ་འགྲོ་མཁན་དེ་ཆགས་ཡོད། དེ་ཉིད་སྟོ་ཕུར་བའི་ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་
 པ་ཞིག་ཡིན། ཉོན་མོངས་པའི་ཆོགས་ཀྱང་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། ཉོན་མོངས་
 ཀྱི་ཆོགས་ནམས་ནི་ནམ་པར་ཤེས་པ་སྟེས་ནས་རང་བཞིན་བརྒྱུད་ཅུའི་ཀྱན་
 རྟོག་གཡོ་བའི་རྗེས་སུ་མ་གཏོགས་ཡོང་བ་རྒྱ་མེད། དེར་བརྟེན་རང་བཞིན་
 བརྒྱུད་ཅུའི་ཀྱན་རྟོག་ཐིམ་པའི་རྗེས་སུ་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་ཡོད་
 ཆོག་ཀྱང་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་བ་སྟེ་བ་མེད། འདི་ལྟར་བཅིས་ཡོང་
 སྐབས་དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་དག་པ་ཞིག་དུ་བཅི་བ་དང་། རང་བཞིན་
 གྱིས་དག་པའི་ཤེས་པ་ཤིན་དུ་ལྷ་བཞིག་དུ་འཛོག་གི་ཡོད། དེ་ནི་ཆོས་
 ཉིད་དེ་དང་ངོ་ཐོ་དཔེར་མེད་ཡིན། ཡག་འཛུགས་པའི་ངོ་ཐོ་ཉིད་སྟེ་འཆར་
 རྒྱ་ནི་དེ་ལྟ་ཕུའི་གཏུག་མ་ལྟར་ཅིག་སྟེས་པའི་འོད་གསལ་དེ་ཆོས་ཉིད་དེ་



ངོ་པོ་ཉིད་སྐྱུ་ཆགས་པ་ཡིན།

མདོ་ལུགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དེ་མ་མ་སྤངས་པའི་སེམས་
 ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་ཁམས་བདེ་བར་གསལ་གསེང་གི་སྒྲིང་པོ་ལ་བཞག་ཅིང་།
 རྒྱལ་ལུགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཁམས་བདེ་གསལ་གསེང་སྒྲིང་པོའི་རྟེན་
 དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་གཏུག་མ་ལྟར་ཅིག་སྐྱེས་པའི་འོད་གསལ་ལ་དེ་ཡལ་ཆེར་
 ཁམས་བདེ་གསལ་གསེང་སྒྲིང་པོར་འཛིག་གི་ཡོད། འདི་འབྲས་བུའི་ས་ལ་
 སྐྱེ་བས་སྐྱབས། ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ཞེས་པ་འདི་གསུང་གི་ཡོད། དེས་ན་
 རྗེ་དགེ་འདུན་ཀྱི་མཆོས་མཛད་པའི་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོན་ལམ་ལས།

ནམ་མཁའ་ཇི་སྤིད་སྐྱུ་ལྔའི་བདག་ཉིད་ཅན། །

ཞེས་གསུངས་པའི་སྐྱུ་ལྔ་ཞེས་པ་དེ་ནི་ནམ་ཀུན་ཀྱི་ཁྱིད་ཡིག་གཞན་
 རང་དུ་གསལ་པོ་དེ་ཙམ་མེད། དེ་ནི་དུས་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་དག་པའི་སྐྱུ་
 ཞེས་པ་ཞིག་དང་། བདེ་མཆོག་དེ་ལ་བུ་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་གཞུང་ནང་ལྟན་
 ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྐྱུ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་སྟེ། དེ་ནི་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྐྱུ་
 ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པ་འདྲ་འདུག ངོ་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱུ་ལ་མདོ་ནས་གསུངས་པའི་
 རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ངོ་པོ་ཉིད་སྐྱུ་དང་། སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ངོ་པོ་ཉིད་
 སྐྱུ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་དུ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྐྱུ་ཞེས་པ་ཞིག་བཞག་པ་དང་། དེ་
 ཡང་ངོ་པོ་ཉིད་སྐྱུ་ལ་འཛིག་པ་ཡིན།



དེ་ནས་ངོ་པོ་ཉིད་སྐྱེ་དང་། ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ། ཡོངས་
སྐྱེ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ། སྐུལ་སྐྱེ་བཅས་སྐྱེ་ཁྲ་དང་། དེ་ལྟར་ཡིན་
སྐབས་སངས་རྒྱས་སྐྱེ་ཁྲའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྷན་
འདས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞིག་འདིར་ཡོད་བསམ་པ་བྱེད་དགོས། དེའི་མཐའ་སྒྲོར་
དུ་སྐྱེ་སྐྱབ་ཡབ་སྐྱས་དང་། རྩོགས་མེད་སྐྱེ་མཆོད་ལ་སོགས་པ་ཡོད་བསམ་
པ་དང་། དེ་བཞིན་བོད་གངས་ཅན་སྡེ་ངས་ལ་བཀའ་དྲིན་ལྷག་པར་དུ་ཆེ་
བ་སྟོབ་དཔོན་བྱགས་རྩེ་ཅན་དང་། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ཡབ་སྐྱས། དུམ་
གྲུབ་བཅུ་བདུན་ནང་བཀོད་པ་དེ་དག་ཡོད་བསམ་པ་དང་། གཞན་ཡང་
ངོ་པོ་རྩེ་ལྷ་གཅིག་དེ་པོ་ཀ་ར་མན་ཆད་ནས་བོད་ཀྱི་ས་དགེ་བཀའ་རྟེན་རིས་
སྐྱེ་མ་ཆད་པའི་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྷན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཡོད་
བསམ་པ་བྱེད་དགོས། ཡན་ལག་བདུན་པ་རྒྱས་པ་འདོན་མི་དགོས་པར་
དོན་དག་རྣམས་སྟོ་ངོར་ཤར་བ་བྱེད་དགོས། དེ་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱུག་
འཆལ་བ་དང་། མཆོད་པ་འབུལ་བ། སྤྲིག་པ་བཤགས་པ། རྩེས་སུ་ཡི་
རང་བ། ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ་བ། བྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་
གསོལ་བ་འདེབས་པ། དགེ་བ་རྩོགས་བྱང་དུ་བསྟོར་བ་བཅས་ཡིད་ལ་བྱན་
པའི་རྩོག་ནས་སྤྲུག་འཆལ་བ་དང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་སྐྱེ་བཅད་པ་དེ་ལན་
གསུམ་འདོན་གྱི་ཡིན།



ཕྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི། །

དགེ་བ་ཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ། །

ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བཟློའ། །

དེ་རྗེས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མ་ལན་གསུམ་འདོན་རྒྱ་ཡིན།
 བྱིད་རང་ཆོ་མི་བདེ་བ་མེད་ན་བཙོག་པུར་སྡོད་པ་འཇུག་པུས་མོ་གཡས་པའི་
 ལྷ་ང་ས་ལ་བཙུགས་ཀྱང་འགྲིགས་པ་ཡིན། མདུན་དུ་སངས་རྒྱས་བཙོམ་
 རྒྱན་འདས་དང་། དེའི་འཁོར་དུ་འཕགས་པོད་གྱི་བརྟན་འཛིན་གྱི་སྒྲིས་
 བྱ་དམ་པ་དེ་དག་ཡོད་བསམ་པ་ཞིག་དང་། མཐའ་ཡས་པའི་མ་འགྱུར་
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ནམ་མཁུན་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་
 མོག་དེའི་ཕྱིར་དུ་སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་གསུམ་
 ལ་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་གྱི་བར་དུ་སྐབས་སུ་མཆི་ཡི་ཡིན་བསམ་པ་ཞིག་དང་།
 དེ་ནས་བདག་གིས་སྦྱིན་པ་དང་། རྒྱལ་བྱིས་ས། བཟོད་པ། བཙོན་འགྲུས།
 བསམ་གཏན། བེས་རབ་སོགས་ཀྱི་དགེ་བའི་ཉམས་ལེན་གང་ཞིག་བྱས་
 པ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་དུ་བླ་
 མེད་རྫོགས་བྱང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་རྒྱར་གྱུར་བར་མོག་བསམ་པ་དང་
 བཅས་ཏེ། མདོར་ན་སྐབས་སུ་འགོ་བཟློན་དུ་འགོ་བའི་ཐོག་ནས་སེམས་



ཅན་མཐའ་དག་སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་ལ་འཁོད་པར་སོག་ཁ་སང་སྤྲད་ཆ་
བྱང་བ་སྒྲར་འཁོར་བར་མཐའ་ཡོད་མེད་གང་སྒྲར་ཡང་། སེམས་ཅན་
མཐའ་དག་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་སྤྲོགས་ཀྱིན་
ནས་མཚུངས་པ་རེད། དེ་བཅས་ཅད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཁམས་བདེ་གསེགས་
སྒྲིང་པོ་ཡོད་པ་ཡང་གཅིག་པ་རེད། དེ་བཞིན་ངི་མ་བཟང་རུང་ཡིན་པ་དང་།
དེ་བཅས་ཅད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་བདག་མེད་ཉོགས་པའི་སྤེས་རབ་སྒྲེ་རུང་ཡིན་
པར་ བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སྒྲེ་རུང་ཡིན་པ་སོགས་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

དེས་ན་མཐའ་ཡས་པའི་མ་གཞ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྡུག་
བསྐལ་མི་འདོད་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་པ་རང་དང་གཅིག་པ་ཡིན་པས་
སེམས་ཅན་མཐའ་དག་དྲི་མ་མཐའ་དག་བྱད་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་ལ་
འགོད་སྟམ་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས། དེའི་ཕྱིར་དུ་རང་གིས་རྣམ་མཁྱེན་རྒྱལ་
པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་འདི་ཡི་རྗེས་སྒྲོས་
མཛད་པར་བྱ།

སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །

ཐུང་རྒྱུ་བར་དུ་བདག་ནི་སྤྲུལ་སྤྱ་མཆི། །

བདག་གིས་སྒྲིན་སྟགས་བཅུས་པའི་ཚོགས་ཀླམས་ཀྱིས།

འགྲོ་བ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤིག །



དང་དུས་བདག་ཆེ་འབྲས་བུ་ཡོད། །

མི་ཡི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ། །

དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས། །

སངས་རྒྱས་སྐས་སུ་ད་ལྟར་ཏོ། །

ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་། །

རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་བརྩམས་ཏེ། །

སྦྱོན་མེད་བརྩན་པའི་རིགས་འདི་ལ། །

རྩོག་པ་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །

མ་སྐྱེས་པ་ནམས་སྐྱེས་ཀྱང་ཅིག །

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཡང་། །

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕྲེལ་བར་གོག །

ཅས་པ་འདི་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་རེད་འདུག སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་

ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་སྐགས་དང་བཅས་པ་ཆ་ཆ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་འགྲོ་

དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་དངོས་གཞི། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་



བྱ་བཅས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་བསྟུས་ཡོད། ནང་པའི་ཆོས་ཡོངས་རྫོགས་སེམས་
 བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་དང་། དངོས་གཞི། མཐུག་གི་རིམ་པ་གསུམ་པོའི་
 ནང་དུ་བསྟུས་ཡོད། ལྷག་པར་ང་ཚོ་བོད་ལ་ཡོད་པའི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་
 པའི་ཆོས་འདི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་སྟགས་དང་བཅས་པ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ཡིན།
 དེས་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཉམས་ལེན་ཡག་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན།
 སེམས་བསྐྱེད་འདི་ས་རྫོགས་པ་ཡིན། དེ་བ་ཁ་གསལ་ཡོད་ན་དེས་དང་།



བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྩེ་ སྐྱེ་ཐབས།

རྩེ་བ། ཁ་སང་ཡམོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་སྐྱེ་
ཁམས་ཅུང་མི་བདེ་བ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རིང་དངོས་སུ་ཆིབས་སྐྱུར་གནང་
ཐུབ་པར་གུས་རང་སློབ་དེ་པོ་བྱུང་བས་ཐུགས་རྩེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། གུས་
པའི་དོས་ནས་བཀའ་འདྲི་ཞུ་རྒྱུ་ནི། ང་ཚོར་དུས་རྒྱུན་ཁོང་གོ་ཟ་བ་དང་།
དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ། མ་སྐྱིད་པ་བཅས་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་མཐོང་སྐབས་
ཁོས་རྒྱ་ངན་པ་ཞིག་བསགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་འདི་ལྟར་གྲུབ་པ་
རེད་བསམ་དུས་མི་དེ་ལ་བྱམས་དང་སྒྲིང་རྩེ་སྐྱེ་རྒྱུའི་བསམ་སློབ་རྒྱ་
འགྲོ་གི་འདུག་པས་རྒྱ་རྒྱུན་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་བྱམས་དང་སྒྲིང་
རྩེ་སྐྱེ་ཐབས་བྱེད་དགོས་སམ།

བཀའ་ལན། སྒྲིང་རྩེ་སློམ་སྐབས་འབྲས་བུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་
མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྒྲིང་རྩེ་གཅིག་དང་། ཡང་འབྲས་བུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་
ཡོང་བའི་རྒྱ་ལ་འདུག་བཞིན་པ་མཐོང་སྟེ་སྒྲིང་རྩེ་དེ་ལ་སྐྱེ་བྱེ་ཅམ་ལས་
འབྲས་བུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མི་ཟད་པ་ཡོང་རྒྱུ་རེད་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་མི་བཟོད་



དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིང་མེན་ནི་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བའི་སྒྲིང་མེན་ལམ་སྒྲིང་མེན་ཆད་ཅན་
 ཞིག་ཡིན། གྲོ་དེ་ནི་ཆགས་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འདྲའི་སྒྲིང་
 མེན་ནི་ཡ་རོལ་པོའི་ལུས་ངག་གི་ནམ་འགྱུར་ལ་སྟོས་ཏེ་དང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད།
 ང་ཡི་གཉེན་དང་ང་ཡི་ཁྱོགས་ཞེས་པ་དང་། ཡང་ན་ཁོས་ང་ལ་ཡག་པོ་
 བྱེད་གྱི་འདུག ཁོ་ང་ལ་ཕན་ཐོགས་པོ་ཡོད་ཅེས་གཙོ་བོ་རང་རྒྱ་མཚན་
 ཏུ་བྱས་ཏེ་དེ་ལ་མེས་འཁྲུར་གླངས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། དེ་ནི་སྒྲིང་
 མེན་པ་ལ་པ་དེ་ཡིན།

ད་ལྟ་སྐབས་འདིར་སྒྲིང་མེན་བསྐྱེད་དགོས་ཞེས་བཞུགས་པའི་སྒྲིང་
 མེན་ནི། སྒྲིང་མེན་ཆེན་པོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་པ་ལས། ཁོང་ཏུ་བཞུགས་
 པའི་པལ་པའི་སྒྲིང་མེན་ཕྱོགས་སུ་ཅན་དེ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་ང་ཆོ་པལ་
 པར་ཡོད་པའི་སྒྲིང་མེན་དེ་ས་པོན་གྱི་ཚུལ་ཏུ་བྱས་ཏེ། དེ་ལ་མེས་རབ་གྱི་
 ཁྱོགས་བྱས་ནས་རྒྱ་མཚན་ལ་བསམ་མཐོ་བྱུང་། ཡུན་རིང་ཏུ་འདྲིས་ཤིང་
 ཁོ་མས་པར་བྱས་པ་དང་། བསྐྱེད་བརྒྱབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྒྲོ་གོང་
 ནས་གོང་ཏུ་འཕེལ་བར་བྱས་པའི་སྒྲིང་མེན་དེ་ནི་ཡ་རོལ་པོས་རང་ལ་ཉེ་བ་
 རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་ཏེ་སྒྲིང་མེན་སྟེ་བ་ཞིག་ཡིན་པར། ཡ་རོལ་པོ་དེ་ནི་སྦྱོང་
 འདུག་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་དང་རང་འབྲེལ་བ་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་མི་འདོད་
 ཅིང་། བདེ་བ་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་རྒྱ་མཚན་བཀོད་པ་དང་།



དེ་པའི་ན་རང་གི་སྒྲིང་དུ་སྐྱུག་པ་སྐྱུལ་འབྲུལ་རུང་ཡིན་པ་དང་། རྣམ་མ་སྤྲེན་
 མོ་བ་རུང་ཡིན་པ་སྐྱར་པ་རོལ་པོའི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་ཀྱང་རྣམ་མ་སྤྲེན་
 མོ་བ་རུང་ཡིན་པ་དང་། སྐྱུག་པ་སྐྱུལ་ཟད་རུང་ཡིན་པ་མཐོང་སྟེ། དེ་
 རྣམ་པའི་སྐྱུག་པ་སྐྱུལ་ཟད་རུང་ཡིན་པའི་ན་དུ་སྐྱུག་པ་སྐྱུལ་གྱི་རྩ་ཆགས་སྤང་
 དང་དུ་ཐངས་པ་དང་། ཆགས་སྤང་གི་དབང་གིས་ཉེས་སྤོང་བྱེད་པ་དེ་
 དག་ལ་གང་དག་ཅི་དག་སྒྲུབ་པའི་སྐྱུག་པ་སྐྱུལ་ལས་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་
 ལུགས་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་ཞིག་ཡོང་བྱ་ཡོད། དེ་ནི་སྐབས་འདིར་བརྗོད་པའི་
 སྒྲིང་རྩེ་དེ་ཡིན།

དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིང་མེ་ནི་འཕུལ་དུ་པ་རྩོལ་པོ་ནད་ཀྱིས་མཁར་བ་དེ་
དག་ལ་གང་དྲག་ཅི་དྲག་བསམས་དེ་སེམས་བྲལ་བུ་རྒྱ་ཞིག་ལས། ལམ་
སང་ན་ཆ་དྲག་སྐྱེད་ཡོད་བ་བུ་ཐབས་མེད། དཔེར་ན། ངའི་འབྲིས་ལ་
ནད་པ་དེ་རིགས་ཡོང་སྐབས། ང་ལ་རྩུ་འཕུལ་བཞུག་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་
པས། གང་ཡང་བུ་རྒྱའི་ཐབས་མེད། དེ་ལྟར་པ་རྩོལ་པོའི་རྩུག་བསྐྱལ་
ཐད་ཀར་སེལ་བྱུང་བའི་ཐབས་ང་ལ་མེད་ཅེས་ཡིད་ཐང་ཆད་ནས་སྡོད་རྒྱ་
ཞིག་མིན་པར། པ་རྩོལ་པོའི་རྩུག་བསྐྱལ་དེ་དག་སྡོན་མ་ལས་ངན་བསགས་
པ་ལས་བྱུང་བོང་། དེའི་རྩུ་བཞི་མ་རིག་པ་དང་ཆགས་སྤང་གི་དབང་གིས་
བྱུང་བ་ཡིན། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་མ་རིག་པ་དེ་བྲལ་རུང་ཡིན་པའི་བསམ་སྒྲོ་



འགོར་སྐབས། དེ་དག་ནམ་མཁའ་ནི་གི་ས་ལ་འགོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་
 ཆེད་དུ་རང་ཉིད་ནམ་མཁའ་ནི་དོན་གཉེར་གི་བསམ་ཆོ་ཞིག་བཏང་ན་སྟེ་བས་
 རྒྱ་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱག་བསྟེན་ཆེ་ས་ནས་བསམ་ཆོ་གཏོང་གི་ཡོད་
 པ་ལས། འཕྲལ་སེལ་གི་སྤྱག་བསྟེན་ལས་སྟོབ་རྒྱུ་འི་རྣམ་པ་རང་ལ་མེད་
 པས་ཅི་དྲག་བསམས་ནས་སེམས་བྱལ་དེ་བསྟེན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མིན། དེ་
 ལ་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུ་མོགས་གི་བྱུང་པར་ཡོད།

འཕྲལ་སེལ་གི་སྤྱག་བསྟེན་ལ་ནི་ང་ཆོ་ལྟ་ཅི་སྟོས། བཅོམ་ལྷན་
 འདས་གིས་ཀྱང་སེལ་མི་བྱུང་བ་ཡིན། ཉེ་ཆར་རྒྱ་གར་གི་རྟེན་མངའ་
 རྒྱལ་པུ་ནར་མཇོད་སྟོ་རྒྱལ་སྐབས། པུ་ནའི་ཆོན་ཆེན་གི་གསུང་
 བཤད་གི་མཛུགས་དུ་རྟེན་མངའ་སྟེ་འདི་སྟོན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་གི་ཐོག་
 རས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱུ་རེ་བ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་སོང་། དེ་རྗེས་ངོས་
 རས་ལན་འདེབས་ལྟ་བུར། ཅི་དམི་དང་རྒྱལ་སྟོན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་གི་
 ཐོག་རས་མངའ་སྟེ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་གི་ཡོད་ན། མངའ་སྟེ་འདི་སྟེན་ནས་
 ཡར་རྒྱས་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། རྟེན་མངའ་སྟེ་འདི་
 ད་བར་ཏ་ཅང་སྟོ་པའི་ཐོག་གནས་པ་འདི་ནི་སྟོན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་གིས་མ་
 འདང་བ་གང་ཡང་མིན། དེ་ལ་སྟོན་པས་བྱིན་རྒྱལ་གནང་རྒྱ་གང་ཡང་
 མེད། མངའ་སྟེ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་མིན་ནི་མངའ་སྟེ་འདི་སྟོན་ཆེན་གི་ཕྱག་



དུ་ཡོད། བྱིད་རང་གིས་མངའ་སྡེའི་སྒོ་ན་ཆེན་གནང་བ་ནས་བཟུང་ཡར་
 རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱིན་འདུག། མ་འོངས་པར་ཡང་སྒོ་ན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་དེ་བྱིད་
 རང་གི་ཕུག་བརྒྱད་ནས་ཡོང་རྒྱ་ཡིན་པས། བྱིད་ཀྱིས་ད་ལྟ་བར་དུ་རྩེ་
 ཐག་གནང་འདུག་ལ། ད་དུང་ཡང་རྩེ་ཐག་གནང་རྒྱ་གས་ཞེས་བརྗོད་
 པ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤྱད་བསྐྱེད་ད་ལྟ་བུ་བཟོན་པ་དེ་ལ་སྒོ་ན་པས་གནང་རྒྱ་
 གང་ཡང་མེད། མདོའི་ཆོག་རུ།

ཐུབ་ནམས་སྤྱི་ག་པ་ཚུ་ཡིས་མི་འབྲུ་ཞིང་། །

འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཕུག་གིས་མི་སེལ་ལ། །

ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་གཞན་ལ་སྤོ་མིན་དེ། །

ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་བསྟན་པས་གྲོལ་བར་མཛད། །

ཅེས་གསུང་གི་ཡོད། གཞི་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་ནི་སྒོ་ན་
 ལམ་རྒྱ་རྒྱ་དང་། སེམས་བརྒྱུད་དགོས་པ་ལས། ཐད་ཀར་སྤྱད་བསྐྱེད་
 སེལ་བུ་བྱི་མི་འདུག་ཅེས་ཡིད་ཁུམ་ནས་སྤོད་རྒྱ་ཞིག་མིན།



བོད་ཀྱི་སྐྱལ་སྤྱིའི་ལམ་ ལུགས་སྒོར།

དེ་ལ། ལུས་པར་བཀའ་འདི་ཞུ་བྱ་གཉིས་ཡོད། ད་ལྟོ་བོད་
ཀྱི་སྐྱལ་སྤྱིའི་ལམ་ལུགས་འདི་ཉིད་མུ་མཐུད་ནས་ཕྱིན་ན། བོད་ཀྱི་མ་
འོངས་པའི་གནས་སྐབས་དང་འཆོམས་མིན་དང་། ཡང་ན་ད་ལྟོ་ནས་སྐྱལ་
སྤྱིའི་ལམ་ལུགས་འདི་ལ་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་དགོས་པའི་དགོངས་ཚུལ་
གང་ཞིག་ཡོད་དམ།

བཀའ་ལན། སྐར་ལོ་ངོ་བཞི་བཅུའི་ཅམ་གྱི་གོང་དུ་ང་ལ་སྐད་
ཆ་དེ་འདྲ་བྱུང་ཆུང་ཡོད། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུ་ཡོད་པའི་གླ་ཆེན་དེ་
རིགས་ནི་བོད་ཀྱི་གོམས་གཤིས་ལ་འཇགས་ཡོད། སྐར་བཏང་གོམས་
གཤིས་འཇགས་པའི་རྒྱུ་ནི་སྤྱི་སྤྱོད་ཆོགས་ཀྱི་ཐོག་དུ་ཕན་ཐོགས་ཡོད་ལ་
འབྲེལ་བའང་ཡོད། ཡང་གླ་མ་ཤེ་བྲག་པ་རེ་བྱུང་ནས་ཞབས་འདྲེན་ཞུ་
སྐབས། དེས་བསྟན་པ་ལ་གཞོད་པ་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱི་ཡོངས་
ཀྱི་ཆ་ནས་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པས། དེ་རིགས་ནི་མུ་མཐུད་
ནས་གནས་ཀྱི་རེད། འོན་ཀྱང་དགེ་ལུགས་ཆོས་ཀྱིས་རང་གི་དགེ་ཆན་



གཤེགས་མ་ཐག་ལམ་སང་ཡང་སྲིད་གདན་བྱ་བྱེད་པ་རྩ་བུ་ནི། ཡང་སྲིད་
 རོ་འཕྲོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་གདན་བྱ་བྱེད་ཆོག་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མིང་འབྲེར་
 བས་འདྲ་མིན་བྱེད་པ་དེ་རྩ་བུས་ན་སྒྲ་མ་དྲ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་སྐྱེ་
 དང་། དེ་རིགས་ལ་བསམ་མོལ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཅེས་སྐར་ནས་སྐད་
 ཆ་བྱུང་ཡོད། ཅ་བ་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་རིང་ལ་སྒྲ་ཆེན་གྱི་སྒྲུལ་སྒྲུ་མང་
 པོ་ཞིག་གིས་ཕན་ཐོགས་བྱུང་ཡོད་ལ། དེ་ལ་ལམ་སང་བསྐྱུར་བཅོས་གཏང་
 སྐྱེ་རྩ་བུ་ནི་ཁག་པོ་ཡིན་པས། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་ལ་བརྟམས་ནས་
 འགོ་དགོས་པ་ལས་བཤད་ཁག་པོ་རེད།



ཆོན་རིག་པས་ནང་པའི་ ལྟ་གྲུབ་ལ་ལྟ་སྟངས།

དེ་པ། ཐོག་མར་སྤྱི་ནོར་ཡཤོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་
 མཆོག་སྐྱེ་ཆེ་བྱི་ཡོར་བརྟན་པ་དང་། བོད་མི་ས་ཡ་དྲུག་པོ་བྱང་པོ་དྲ་ལའི་
 མདུན་དུ་མགྲོགས་སྤུར་ལྟན་འཛོམས་ཡོང་བའི་སྟོན་ལམ་དང་། གུས་
 མོར་བཀའ་འདྲི་བྱ་བྱ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། ནང་ཆོས་ཀྱི་ཆོན་རིག་དང་།
 ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ། ནང་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཅས་ཁག་གསུམ་ཡོད་
 པ་ལས། ཡཤོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་། རུབ་ཕྱོགས་
 པའི་ཆོན་རིག་པ་ལྟན་དུ་བཤོ་སྤོང་གནང་སྐབས། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་
 སྟོར་ལ་བཀའ་བསྟུར་ངེ་ལྟར་གནང་གི་ཡོད་དམ། ནང་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་གྲུབ་
 ནང་སྤྱི་བ་སྤྱི་བྱེད་དང་། ལས་སྤྱི་འབྲས། རྟེན་འབྱུང་དང་། ཐར་པ་དང་
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་རྣམ་གཞག་ཡོད་སྟབས། ཕྱི་ཡི་ཆོན་རིག་པ་དག་
 གིས་དེ་དག་ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ་མེད། གལ་སྲིད་ཁས་ལེན་བྱེད་
 ཀྱི་ཡོད་ན་ཆོན་རིག་པ་དག་གིས་བསམ་ཚུལ་གང་ཞིག་ཡོད་དམ། ཁས་
 ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད་ན་ཁོང་ཆོས་རྣམ་འགྱུར་གང་འདྲ་ཞིག་སྟོན་གྱི་ཡོད་མེད་



བཀའ་འདི་ལྟ་བུ་ཡིན།

བཀའ་ལན། དེ་ནི་ཁ་སང་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་ལྟར་ཡིན། དཔེར་
ན། བསྐྱུས་གྲུབ་ནང་གི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཅེས་བཞི་དེ་སྐབས། སྤྱི་ཡོངས་
འཛིན་བྱེད་སྒྲུབ་སྟེ། སྤྱི་རྒྱུ་ལ་པ་དང་ནང་པ་གཉིས་ལ་འདྲ་བའི་འཛིན་
ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་སྤྱོད་ལས་སྤྱི་དོན་གཞན་ཞེས་བཤད་
ཀྱི་ཡོད་ལ། དཔེར་ན། སྤྱི་ཉམས་དངོས་ཞེས་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པས་སྤྱི་འཛིན་
སྒྲུབ་ལ་ཁོ་གཅིག་ཅུ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱི་ཡོད། དེ་དག་ནི་ཁ་སང་བཞི་དེ་པ་
ལྟར་ལྟ་བུ་གྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ལྟ་བུ་བཞི་སྤྱི་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཅེས་ཆོས་ཀྱི་ཡོད། ད་ལྟ་ཆོས་
རིག་པ་དང་མཉམ་པ་དྲུག་ཅེས་ཀྱི་ནང་གི་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྤྱི་ཡོད་ཅེས་
ཀྱི་ཡོད་ཅེས། རྟོག་འཕྲུང་གི་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཆོས་
རིག་པ་དག་གིས་ཀྱང་རྟོག་འཕྲུང་གི་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། འདྲེན་པའི་བྱེད་ཀྱི་
འགྲོ་སྒྲུབ་གཅིག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། Darwin's Theory རྟོག་
ཞིན་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་དེ། དེས་འཛིན་རྟོག་པོ་དེ་པ་ལོས་བཞི་དེ་པ་ལོས་པ་
དེར་སྐབས་ལེ་མི་བདེ་བ་བྱུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ནས་བཞི་དེ་པ་
བཅས་ལྟ་བུ་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྤྱི་
ཡོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་ལ། སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཡོད་ལ།



སྤྱི་བསྐྱེད་ཡོད།

དཔེར་ན། ངས་ངོ་ཤེས་པའི་ཆོན་རིག་པ་ཞིག་ཡོད། ཁོང་གིས་
 རྟེན་འབྱུང་ཞེས་ཚུར་ཤོད་ཀྱི་འདུག རོས་ནས་ཁྱེད་རང་ཆོ་ཆོན་རིག་
 པའི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ནང་དུ་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པ་དེ་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས་པར། ཆོན་
 རིག་གི་ལྷ་གྲུབ་ཀྱི་ནང་དུ་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་མེད་ཀྱང་། ཁོང་
 གིས་རོས་ལ་ང་ཆོའི་རྟེན་འབྱུང་གི་སྐོར་འགྲེལ་བཤད་བྱས་ན། ཅེད་མོ་
 དང་བཅས་ཏེ་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པའི་མིང་དོན་གཉིས་པོ་ནི་ཆོན་རིག་གི་ནང་
 ཚུར་འཆང་ག་བརྒྱབ་ནས་ཡོང་བ་རེད། དེ་ལྷར་ཡོང་བའི་མཐར་ཆོན་
 རིག་པའི་ལྷ་ཚུལ་གྱི་ནང་དུ་རྒྱབ་སྟེགས་གིག་རག་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་
 ཀྱི་འདུག ཁོང་གིས་རང་རྟེན་འབྱུང་ཞེས་པའི་ལྷ་བ་དེ་རྟ་ལས་པའི་ཡག་
 པོ་འདུག་ཅེས་རྟ་ཅང་དག་འཕྲོད་ཀྱི་འདུག དེ་རིགས་འཆོམས་པོ་ཡོད་
 པ་ཡིན། དེ་དག་ང་ཆོས་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ཆོན་རིག་
 པས་དངོས་ཁམས་སམ་རྟུལ་ཕྱན་སྐོར་ཤོད་སྐྱབས། ཡུལ་གྱི་རོས་ནས་
 མཆོན་གཞི་འཛོག་བྱ་མེད་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། སེམས་ཅམ་པས་ཕྱི་དོན་
 བཅོལ་ནས་སམ་བཟགས་དོན་བཅོལ་ནས་མ་རྟོད་པ་དེ་དང་རྟ་ཅང་འདྲ་པོ་
 ཡོད། དེས་ན་སེམས་ཅམ་པས་ཀྱང་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་གཞི་ལ་བཞག་
 ནས་ཕྱི་དོན་འཆོལ་སྐྱབས། ཕྱི་རོལ་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཆོས་རྣམས་རྟོད་



ཀྱུ་མེད་པ་ཆགས་ཡོང་བས་ན། བྱེད་པ་དོན་དུ་གྲུབ་པ་མི་འདུག་ཅེས་བཤེད་
 གྱི་ཡོད། མིང་རྒྱུ་བཏགས་ཡོད་ཅེས་ཀྱི་བྱེད་པ་འདོགས་མ་ཤེས་པར་བྱེ་
 དོན་བདེན་གྲུབ་ཅིག་འདོད་པས་ན། བཏགས་དོན་བཅུ་མ་རྒྱུ་དགོས་
 ཤིང་། བཏགས་དོན་བཅུ་མ་མ་རྒྱུ་པའི་ཆེ་མེད་ཅེས་སེམས་ཅམ་
 པས་འདི་ལྟར་བཤེད་གྱི་ཡོད། དངོས་ཁམས་རིག་པའི་འདོད་ཚུལ་དེ་
 འདི་དང་འདྲ་མཚུངས་ལྟར་བྱེད་པས་ཀྱི་ཡོད།

དེན་འབྲུང་གི་སྐད་ཆ་ཤིང་སྐབས། བདེན་ནས་བཏགས་པ་མེད་
 ཅེས་བཤེད་སྐབས། བྱེད་པ་མེད་མི་དགོས་པར་དངོས་པོ་ཡུལ་ཅན་གྱིས་
 ཡོད་མེད་བཅུ་མ་སྐད་ལྟར་ཡུལ་གྱི་དོན་ནས་མེད་ཀྱང་མིང་བདེན་བཞག་
 པའི་དབང་གིས་ཡོད་པ་དེའི་ནང་དུ་ཡང་དེན་འབྲུང་གི་ལྟ་བུ་རྟོགས་རུང་
 བྱེད་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། དེས་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ལྟ་བུ་
 ལས་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་བ་ནས་ཡང་གོ་བསྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་མེད། དེ་ནི་ང་ཚོ་ནང་
 པའི་བྱུས་གཏོགས་ཡིན་པ་ལས་ཁྱེད་རང་ཚོར་བྱུས་གཏོགས་མེད་ཅེས་
 བཤེད་གྱི་ཡོད། ད་ལྟར་བར་འགྲོ་སྐབས་འདི་ལྟར་ཡིན།

སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལས་ལས་པ་རྣམས་ནི་རིམ་བཞིན་ཤེས་པ་ཕྱར་རགས་
 ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱ་བ་ཞིག་ད་ལྟར་འགོ་ཚུགས་ཡོང་གི་ཡོད། གཞི་རྒྱ་འཆི་
 སེམས་ཕྱ་མོ་སྟེ་འཆི་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ཕྱང་པོའི་བྱ་བ་འགགས་ཟེན་



བའི་རྒྱུ་ལྟ་ནས་པར་ཤེས་པ་སྤྲོའི་ཞིག་གནས་ཀྱི་ཡོད་མེད་དང་། ཡོངས་
 གྲགས་སུ་ང་ཚོས་ཐུགས་དམ་དུ་བཞུགས་པ་སྟེ་མི་གྲོངས་ཟིན་ནས་ད་དུང་
 བདུན་སྟག་གཅིག་གཉིས་ཡུང་པོ་རྩིང་པ་མ་ཆགས་པར་བསྐད་པ་ཞིག་ང་
 ཚོའི་མཐོང་ཚོས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གཞི་གྲུབ་པའམ་ཤེས་བྱ་ལ་
 ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་རི་ལྟར་ཡོང་གི་ཡོད་མེད་ཆན་རིག་པ་ནམས་ཀྱིས་
 འཆོལ་ཞིབ་བྱེད་བཞིན་པ་རེད། ཆན་རིག་པ་དང་སྟེ་བ་སྟེ་ཡོང་རིམ་
 བས་འབྲེལ་བ་སྟེ་བས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཡང་ཤེས་བྱའི་འདུ་
 ཤེས་ཀྱི་ཐོག་བཤད་པ་ལས། སྟེ་བ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་ཆན་རིག་པ་དང་མཉམ་
 དུ་རྩྭ་ལ་བ་བྱས་ནས་སྟེ་བ་པ་ལྟ་བུ་ད་ལྟ་བར་དུ་བྱས་མེད་ལ། དེ་ནི་སྟེ་བ་
 སྟེ་མི་འདོད་པ་དག་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་པ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་
 ལྟ་བས་འགྲིགས་ཀྱི་མེད།



ནས་གཞན་རིགས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡོངས་ཇོགས་ཚུར་གླངས་པ་དེ་ལ་གསར་
བཅེ་ཞེས་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་འདུག རྒྱ་གར་གྱི་གསར་བཅེ་ལྷ་བུར་ཡང་
རང་ལ་གང་ཞིག་ཡོད་པའི་སློལ་རྒྱུན་དེ་འཛིན་པའི་སློལ་རྒྱུན་བསྟོགས་པའི་
དངོས་པོ་ཆ་ཆང་ལ་དགག་པ་བརྒྱབ་པ་དང་། དེ་དང་ལེན་མི་བྱེད་པ་ལ་དེ་
ལ་གསར་བཅེ་ཞེས་འདོད་ཀྱི་འདུག

དེ་བཀའ་ཚུ་བཞི་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ས་བྱི་ཞི་ཁོ་ལ་ཆེན་མོ་དེ་གསར་
བཅེ་ཞིག་རེད་དམ་མ་རེད། འབྲུང་འབྲུར་བོད་མི་རིགས་ལ་གསར་བཅེ་
ཞིག་བྱེད་དགོས་ན། ར་གཞིན་ང་ཚོས་ལྷ་བ་དང་ཐབས་ལམ་གང་འདྲ་
ཞིག་གི་སློལ་རྒྱུན་གསར་བཅེ་འི་ལྷ་བ་འཛིན་དགོས་སམ་ཞེས་བཀའ་འདྲི་བྱ་
རྒྱུ་ཡིན།

བཀའ་ལན། དེ་ལྷ་ར་གཏན་ནས་མིན། ལྷ་ར་རྩི་དང་ཐིམས་
ཚོད་པ་ཡིན་ལ། དབྱིན་ལན་དུ་སློབ་སྦྱོང་མཐེལ་ཕྱིན་པ་གནང་རྟེ། རྒྱ་
གར་རང་བཙན་ལེན་རྒྱུ་ཆ་རྒྱུན་དུ་དབྱིན་ལན་དུ་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པའི་ཤེས་
ཡོན་དེ་དག་གིས་ཡན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་ལ་དགག་པ་བརྒྱབ་མེད།

གསར་བཅེ་ཞེས་པ་དེ་བཏགས་དོན་བཙལ་ན་རྟེད་རྒྱ་མེད། ལྷ་ར་
རྒྱ་ནག་དུ་མའོ་ཙོ་དུང་དང་ཐེངས་མང་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་ཞིང་། ཐེངས་
གཅིག་ཐུག་འཕྲད་བྱས་པའི་སྐབས་སུ། མའོ་ཙོ་དུང་གིས་སངས་རྒྱས་



བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་གསལ་བཟེ་གནང་མཁན་ཞིག་རེད་ཅེས་བཟོད་ཀྱི་
 འདུག དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་རྒྱ་གར་ལ་རིགས་རུས་ཀྱི་མཆོག་དམན་ཤུགས་
 ཆེ་བཅིས་པ་དེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ངོ་ཚོ་ལ་གནང་བ་རེད། དེས་ན་
 སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་གསལ་བཟེ་བཞིག་རེད་ཅེས་བཟོད་བྱུང་།
 དེ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་ཡིན།

ཡང་མཐོ་ཙེ་རྩུག་པའི་སྐབས་ཞིག་ལ། མཐོ་ཙེ་རྩུག་གིས་
 ཆོས་ཞེས་པ་དེ་དུག་རེད་ཅེས་བཟོད་ཀྱི་འདུག བོད་དང་སོག་པོར་ཆོས་
 ཀྱི་དུག་དེས་མི་རིགས་འཕེལ་རྒྱས་དང་། དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་རྒྱར་
 ཤུགས་ཆེ་གཞིན་ཡོད། དེས་ན་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་དུག་རེད་ཅེས་བཤད་བྱུང་།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལྟོས་བྱུབ་ཅེས་པ་ཞིག་ཡོད།
 དངོས་པོ་གཅིག་མཚན་གཞིར་བཟུང་སྟེ་འདི་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་ཡག་པོ་
 རེད་ཅེས་དང་། ཡང་ན་དེ་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་སྤྱག་ཅག་རེད་ཅེས་བཟོད་
 བྱུབ་ཐབས་མེད། དེ་ནི་ལྟོས་ས་སོ་སོར་ལྟོས་འཛིག་གི་སྒོ་ནས་བཤད་
 དགོས། ལྟོས་ས་འདི་ལ་བལྟོས་ནས་གསལ་བཟེ་ཡིན་པ་དང་། ལྟོས་ས་
 འདི་ལ་བལྟོས་ནས་ནོར་འབྲུལ་རེད་ཅེས་བཟོད་བྱུབ་པ་ཡིན། ངོས་ལྟར་
 ན་རྒྱ་ནག་གི་རིག་གནས་གསལ་བཟེ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་དམིགས་བསལ་
 རྟེན་བཞི་ཙེ་གཏོར་བྱ་དགོས་ཞེས་བཤད་པ་ལས། ཐོག་མར་མཐོ་ཙེ་རྩུག་



གིས་ཡན་ཡན་ནས་དཀར་ལས་བརྒྱབ་པ་སྟེ། དམར་དམག་རྒྱུ་བསྐྱོད་
 མོགས་ནས་རིམ་བཞིན་གསར་བརྗེ་བྱས་ཏེ། ཞིང་པ་རྣམས་ལ་བཅིངས་
 གྲོལ་བཏང་བ་མོགས་བཅས་སྐྱུར་རྣམས་བྱས་ཡོད། སྐབས་དེར་རྩིང་
 བཞི་ཙ་གཏོར་གྱི་སྐད་ཆ་ཙ་བ་ནས་མེད། དེའི་གནས་སྐབས་སུ་གསར་
 བརྗེའི་ངོ་བོ་གཅིག་ཡོད་ལ། རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་ཆེན་པོའི་སྐབས་
 རྩིང་བཞི་ཙ་གཏོར་ཟེར་བ་གསར་བརྗེའི་ངོ་བོ་གཅིག་ཡོད། དེ་ནི་རྩི་ག་
 བ་ཙན་གྱི་གསར་བརྗེ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས། རྒྱ་མཚན་ལུན་པའི་གསར་བརྗེ་
 ཞིག་མིན། དེར་སྐབས་རྒྱ་ནག་ནང་འཁོན་འཛིན་གྱི་ལྟ་བ་བསྐྱར་གསོ་
 བྱ་རྒྱུར་དཀར་ལས་བྱགས་ཆེ་རྒྱག་དགོས་ཀྱི་ཡོད། མཐོ་ཙེ་དྲུང་གིས་
 དེ་རྩིང་བཞི་ཙ་གཏོར་གྱི་བྱས་སུ་བཞག་ཡོད། དེས་ན་གསར་བརྗེ་ཞེས་
 པ་ནི་སྐབས་ཐོབ་ཀྱིས་བརྗེད་དགོས་པ་ཡིན།

པོད་པ་ཆ་བཞག་ན། པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནང་ཆོས་རྒྱལ་ལུ་ཞེ་བཙན་
 པོས་དབུལ་ལྷག་ལན་གསུམ་སྟོ་མས་པས་དེ་ཡང་གསར་བརྗེ་ཞིག་ཡིན།
 ཡང་སྐར་པོད་དུ་བོན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཡོད་བཞིན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་
 ཙམ་ལ་ཆོག་ཤེས་མ་གནང་བར། ཆོས་རྒྱལ་སྤྱི་བཙན་སྐམ་པོའི་སྐུ་
 དུས་རྒྱ་གར་གྱི་ནང་ཆོས་ལ་གཞི་ནས་བྱགས་སྤང་གནང་བ་དང་། ཆོས་
 རྒྱལ་ཁྲི་སྤྱི་བཙན་གྱི་སྐུ་དུས་སུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོ་དང་། སྤོ་བ་



ཐུ་ལོ་ ༡༠༠༥ ལོའི་ཞི་ཁོ་ལ་ཆེན་མོ་དེ་ཆགས་ཡོད། དེ་ལ་གསར་
 བཟུངས་བཞིན་དགོས་མིན་མི་ཤེས། ང་ཐུ་ལོ་ ༡༠༠༥ ལོའི་དགུ་ན་
 ཁར་སྐྱོ་རྒྱ་ཆ་སྐྱོར་ཨ་མ་དོ་བཞིག་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་བས། ཨ་མ་དོ་བཤེས་
 ང་ཆོ་མི་རབས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལམ་ཐུར་སྟོན་པ་རེད།
 མ་འོངས་པར་ཡང་ཇི་སྲིད་ཀྱི་ནག་གི་དངོས་གནས་པོད་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་དངོས་
 ཡོད་གནས་ཚུ་ལ་དང་འཆོམས་པའི་ལག་ལེན་ཞིག་མ་བསྟར་ན་མ་འོངས་
 འབྱུང་འབྱུར་གྱི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་མུ་མཐུད་ནས་བསམ་སྒྲུབ་ངའི་ངར་
 ལུགས་དེ་གནས་ཀྱི་རེད་ཅེས་བཞིན་ཀྱི་འདུག་པ་དེ་ལྟར་རེད། གསར་
 བཟུངས་ལམ་གསར་པ་གཏོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཤོད་ཀྱི་མི་འདུག དེ་དག་
 སྐབས་ཐོབ་སོ་སོར་གོ་བ་ལེན་ཕྱོགས་ཤིག་ཡོད། འདི་ངའི་བསམ་ཚུལ་
 དེ་ནི།

གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་ཞིག་ལ་ལམ་སང་དོག་སྤྱད་བརྒྱབ་པ་སྟེ། ཇི་
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ནང་། སྒྲིམ་ཐམས་ཅད་འཛིན་
 སྒྲིམ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་བཞིན་པ་དེ་ནས་དོག་གཅིག་བཟུང་སྟེ་ནས་དོག་
 ཐམས་ཅད་འདི་ཁོ་ནའི་ཞེས་བཞིན་པ་དང་གཅིག་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་
 ཡོད། སྒྲིམ་ལ་འཛིན་སྒྲིམ་ཅམ་མིན་པར་དབྱུད་སྒྲིམ་ཡོད་ལ། མས་
 སྒྲིམ་སོགས་སྒྲིམ་ལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་གི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཇི་བདག་ཉིད་



ཆེན་པོས་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། གསར་བརྗེ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་། རོ་
 བོ་མི་འདྲ་བ་དང་། རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་སོགས་སྐབས་སྐོབ་སོ་སོར་བརྟོས་
 ས་བརྟོས་འཛོག་གིས་བཞག་དགོས་པ་ལས། དེ་ནི་ལས་སྒྲ་པོའི་ཐོག་ནས་
 རྒྱུན་ཞིག་བྱུང་བ་གཅིག་ལ་འདི་དང་འདི་རེད་ཅེས་ལུང་ཤོབ་བྱགས་ཆེ་
 བཞད་ན་དགོས་པ་ཆེ་བ་གང་ཡང་མེད། དེ་ནི་བྱེད་རང་གི་བསམ་ཚུལ་
 རེད། དེ་བ་དེ་ངས་མཐོང་མ་བྱུང་།



བདག་ལ་ཐོག་མཐའ་ཡོད་ཅིང་ དང་ཆེ་སྟོག་གཅིག་ཡིན་གྱི་སྐོར།

དེ་བ་དང་པོ། སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ལྷ་མིའི་ནམ་འདེན་ཆེན་པོ་
མཆོག་ལ་སྟོག་སྐྱུམ་གྱུས་སྐྱག་སྟོན་དུ་སོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་བཀའ་
འདི་ཞུ་རྒྱུའི་དེ་བ་དང་པོ་ནི། ད་ལྟ་ང་རང་ཆོའི་ཡུང་པོ་ལ་བཏགས་པའི་
བདག་ཟེར་བ་དེ་ལ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་བཞག་ཐུབ་བམ་མི་ཐུབ།

བཀའ་ལན། དེ་སྐོར་སྤྱི་རྫོང་ནས་བཤད་པའི་དེ་བ་ཁྱེད་རང་
གིས་སྟོག་མི་འདུག་ དེ་བ་དེའི་ནང་དེ་སྐོར་གསལ་ལོ་ཡོད། དེ་བ་དེའི་
ནང་བདག་ལ་ཐོག་མ་མེད་ཅེས་ལབ་ཟིན་པ་རེད།

དེ་བ་གཉིས་པ། མདང་དགོང་དགེ་བཤེས་ལགས་ནས་ཆེ་དང་
སྟོག་གཉིས་གཅིག་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་། ཆེ་དང་སྟོག་གཉིས་གཅིག་
ཡིན་ན། གལ་སྲིད་ང་ཆོ་མི་གྲོང་ས་ཟིན་རྗེས་ཆེ་ལྷག་གི་སྐོར་གསུང་གི་
འདུག་ དེའི་ཆེ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བཞག་དགོས་སམ།

བཀའ་ལན། སྟོག་ནི་ཆེ་ཡིན་པོད་དང་ནི། །ནམ་ཤེས་རྟེན་
གང་ཡིན་པའོ། །ཞིས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆེ་དང་སྟོག་ལ་སྐྱགས་ཀྱི་གཞུང་



ནས་གསུང་ཚུལ་གཅིག་དང་། མཐོད་ནས་གསུང་སྟངས་གཅིག་ཡིད།

འོན་ཀྱང་ངས་ཞིབ་ཐུ་མི་ཤེས།



མེས་སྐུ་ལ་ནས་ཞི་བདེ་ སྐྱུ་བཟང་སྤྲུལ་

འདི་ལོའི་སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་ཆོས་གྲོགས་པོ་མོ་ཆོ་ཐུག་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་
 བྱུང་བར་དུ་ཅང་དགའ་པོ་བྱུང་། ང་ཆོ་མི་སྒྲེར་སོ་སོའི་ངོས་ནས་བཤད་
 ནཱ། མི་ཆོ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱ་རྒྱུའི་འདོད་པ་ཆང་མར་ཡོད། མི་
 ཆོ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ནི། མི་ཆོ་སྦྱད་པོ་ཡོང་བ་དེ་ཡིན།
 མི་ཆོ་སྦྱད་པོ་དེ་ཡང་གཞན་གྱི་བདེ་བ་ཁྱད་དུ་བསད་ན་སྦྱད་པོ་ཡོང་རྒྱ་མེད་
 ལཱ། མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་གཞན་ལ་བཟུ་གཞིག་བཏང་བ་དང་། མི་མང་
 པོར་དབང་ཡོད་བཤད། མི་གཞན་ལ་སྐྱུག་རྩུན་བཤད་པ་སོགས་བྱས་ཏེ་
 རང་ཉིད་བདེ་སྦྱད་ཡོང་ཐབས་བྱས་ན་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་ནོར་བ་ཞིག་ཡིན།
 དཔེར་ན། བྱུང་ཁྲན་ཏང་གིས་མི་མང་ལ་དབང་ཡོད་བཤད་པ་དང་། མི་
 ལ་བྱུ་བ་ཆོད་བཏང་། མིའི་རང་དབང་འཕྲོག་པ་བཅས་བྱས་ཏེ་མིའི་བདེ་
 སྦྱད་འཇུགས་སྐྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཇོ་དུ་ན་དེ་ནི་དུ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན།

དེས་ན་རྒྱ་མཆོན་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་མིའི་བདེ་སྦྱད་བསྐྱུ་བྱེད་ནི་
 མི་ཆང་མའི་ཐོབ་ཐང་ཡིན་པར་མ་ཟད་འོས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། བཙན་དུང་



འགྲོ་དག་ལ་འདུག་པའི་ལུང་ལྟོས་པའི་ལུང་ལྟོས་། དེ་ར་བཞེན་དཀར་ཟས་བཞེན་
 ལྷ་ཏ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དེ་ལྷ་ནས་པོད་པའི་
 སྤྱི་ཆོག་ནང་དམར་ཟས་སྤྱིང་མཁན་ཏེ་མང་ནས་ཏེ་མང་དུ་སྤང་ཡོད།
 དེ་དག་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་རེད།

ད་ལྷ་སྤྱིང་པའི་ར་བཞེན་ལྷ་ཏེ་དོན་གཙོ་བོ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་
 སེམས་ལ་བདེ་སྤྱིད་ཡོང་བའི་ལུང་ལྟོས་པའི་ལུང་ལྟོས་པའི་ལུང་ལྟོས་
 ལ། ལྷ་ར་ནས་བཞེན་པའི་དེ་བཞེན་ཏེ་ཡོད་པ་ནས་སྤྱིང་གས་དང་བྱེད་
 རང་ཆོས་ཤེས་ཀྱི་རེད། རང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཉམས་སྤྱིང་གི་ཐོག་ནས་བཞེན་
 ལ། སེམས་དུ་ལ་བ་བྱུང་ན་ཏན་ཏན་སེམས་ནང་ཞི་བདེ་མང་བ་ཡོང་བ་
 དང་། དཀའ་ངལ་ཞིག་འཕྲད་ཀྱང་དེ་ལ་གདོང་ལེན་བྱ་བ་ལྷ་ར་པའི་ཐོག་ས་
 ཆེན་པོ་ཡོད་པ་སྤྱིང་བས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་གཙོ་བོ་བསམ་སྤྱིང་གཏོང་
 ལྷ་ར་ཐོག་ནས་བྱུང་བ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱིང་དངོས་པོ་ཁོ་ནའི་
 ཐོག་བསམ་སྤྱིང་གཏོང་བ་དང་། ཡང་ན་དུལ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལ་བསམ་སྤྱིང་བྱུང་
 ལ་དེ་ནི་ལོ་ར་བ་ཡིན། འཇམ་སྤྱིང་འདི་ལྷ་ར་ཐོག་ས་པ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་
 ལས་བཞེན་ན། དངོས་པོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལ་དོ་སྤྱང་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན། སྤྱི་
 ཆོག་དེ་ལྷ་ར་པ་སྤྱིད་པ་བྱུངས་ཆེན་པོ་ཡོད། དཔེར་ན་ཉི་འོད་ལྷ་བྱུར་
 ཆ་བཞག་ན། དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ལ་བྱུངས་ཆེན་པོ་བྱུང་སྤྱི། དངོས་



པོ་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་གཞིན་སྒྲིམ་མང་པོའི་ནང་སེམས་
 པ་མ་སྦྱིད་པ་བྱེད་མཁན་མང་པོ་ཡོད། སློབ་ཕྲུག་རང་གི་རྒྱག་མཁན་ཇེ་
 མང་ཇེ་མང་དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་ནི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁྲུལ་
 དུ་ཡང་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ལྷགས་ཆེན་པོ་ཕྱིན་ཡོད་ཀྱང་། རང་གི་རྒྱག་
 མཁན་ཡང་མང་དུ་འགོ་གི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་མཁན་ཡོད།

དེ་བཞིན་ཨ་རིའི་ནང་ཆ་བཞག་ཀྱང་། མི་སྦྱོན་པས་དོན་མེད་
 མང་པོ་བསད་པའི་གནས་རྒྱུ་ལ་ཡོང་གི་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཞིག་
 ཡིན་ནམ། དེང་སྐབས་རྒྱ་ནག་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་། ཁ་སང་རང་སྤྱི་སྤྱི་
 སའི་གསར་འགྱུར་ནང་བཤད་པར། རྒྱ་ནག་གི་སྤྱི་མས་ཁང་ཞིག་ནང་མི་
 གཅིག་འཇུ་ལ་སྟེ་སྤྱི་མས་ཚོར་པ་སོགས་མི་ཁ་གས་བསད་པ་དང་། ཐ་མ་
 ཁོ་རང་ཡང་རང་གི་བརྒྱབ་པའི་གནས་རྒྱུ་བརྗོད་ཀྱི་འདུག ཉེ་ཆར་ཕུ་
 གའི་སེམས་པ་མ་སྦྱིད་པ་དེ་འདྲ་བུ་གསོ་ཁང་ལྷ་བུར་ཡོང་སྟེ་ཕུ་གུ་བསད་
 པའི་གནས་རྒྱུ་ལ་ཡང་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་དག་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཚན་རིག་
 པ་དག་གིས་འགྲེལ་བཤད་བརྒྱབ་པར། མི་དེ་དག་སེམས་མ་སྦྱིད་པ་བྱུང་
 སྟེ་གནས་རྒྱུ་ལ་དེ་བཞིན་པ་རེད་ཅེས་བརྗོད་འདུག དེ་ཆོའི་གྲས་ཀྱི་འགའ་
 ཞིག་ནི་དངོས་པོའི་ཐོག་ནས་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའང་ཡོད། མདོར་ན་
 དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཕྱིན་པ་གཅིག་ཕུས་པ་དེ་སྦྱིད་ཆ་ཆང་ཞིག་ཡོང་ཐབས་



མེད་པ་ད་ཅང་གསལ་པོ་རེད།

དཔེར་ན། ཉེ་བའི་ཆར་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་དགུ་མདོར་ས་ཡོམ་གྱི་གནོད་
འཆེ་བྱུང་སྐབས་ཉོང་གོང་ནས་ཡིན་པའི་རྒྱ་རིགས་གསལ་འགོད་པ་ཞིག་
སྐྱེ་དགུ་མདོར་ཐུན་པ་དང་། ཁོང་དེ་སྤྱོད་ཅི་སྤྱོད་དུ་ས་ཡོམ་གྱི་གནོད་
འཆེ་བྱུང་སྐབས་ཀྱང་ཅི་སྤྱོད་ཁུལ་དུ་བསྐྱོད་ཡོད། མདོར་ན་དེ་གཉིས་
ཀའི་ནང་མི་མང་པོ་འཆེ་སྤྱོད་དང་སྐྱོན་བྱུང་ཡོད། མི་དེ་དག་ལ་སྤྱི་
བསམ་པ་བྱུང་ཚུལ་གཅིག་པ་ཡིན་ན་ཡང་། ཅི་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་རིགས་ནམས་ཀྱི་
སྤྱི་བསམ་པ་དེ་ཁོང་ཁོའི་ནམས་པར་འགྱུར་ཏེ་སྤྱི་བསམ་སྐད་བརྒྱབ་པ་སོགས་
མི་བཟོད་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་ཀྱི་འདུག སྐྱེ་དགུ་མདོའི་བོད་རིགས་ནམས་དེ་
འདྲ་མི་འདུག སྤྱི་བསམ་པ་བྱུང་ཡང་ཞི་འཇམ་ཐོག་སྤོད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་
བཟོད་ཀྱི་འདུག དེ་ནི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་། རིག་
གཞུང་དེའི་རྩ་བ་ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་ནས་ཡོང་གི་ཡོད།



བོད་མི་རིགས་ཀྱི་གཟི་བརྟན་ སྒྲིག་བབས།

རུབ་ཕྱོགས་པའི་རིག་གཞུང་ཞེས་བཟོད་ན་ཡེ་ཤུའི་ཆོས་དང་
 འབྲེལ་བ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞེས་བཟོད་
 ན་ནང་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་ཤུགས་ཆེན་ཡོད། དེའི་ཐོག་ནས་མིའི་
 བསམ་སྒྲོ་གཏོང་ཕྱོགས་ལ་བྱུང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ངས་ཉན་ཟེད་འདུག དེར་
 བརྟེན་ང་རང་སྒྲེར་གྱི་ངོས་ནས་བཤད་ན། མི་ཆེ་སྤྱད་པ་ཞིག་ཡིང་བ་ལ་
 ནང་ཆོས་ཀྱིས་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་བྱུང་། ཆེ་ཕྱི་མའི་བསམ་སྒྲོ་མ་བཏང་
 བར་ཆེ་འདི་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་དང་བདེ་
 རྒྱལ་གི་འགྲོ་སྤངས་ནམས་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཤེས་པ་དང་། ལྷག་པར་རྟེན་
 འབྱུང་གི་གོ་བ་ཞིག་སྤེལ་དུས། ལྷ་སྤངས་ཏེ་ཅང་གཞི་ཀྱི་ཆེ་རུ་འགྲོ་
 བ་དང་། རྟེན་འབྱུང་གི་ལྷ་པའི་གོ་བ་མེད་ན། རྟེན་ངན་ཞིག་འཕྲད་སྐབས་
 འདི་འདྲའི་རྒྱལ་པ་ལ་ཡང་བསམ་པ་དང་། ཡང་རྟེན་བཟང་པོ་ཞིག་འཕྲད་
 སྐབས་འདི་འདྲའི་ལེགས་པ་ལ་ཡང་བསམ་པའི་ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་
 བ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མེད། རྟེན་འབྱུང་དང་རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྲེལ་བཟོས་



ཐུབ་ཅེས་བཤེད་སྐབས། ཏ་ཅང་གི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་དེ། ཁོང་ཁྱོ་
ཟ་ན་ཡང་ཟ་ས་མེད་པ་ཞིག་དང་། མཛུ་བ་མོ་འཇུགས་ས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་
ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད།

དེ་བཞིན་ང་ཆོ་བོད་མི་རིགས་གཅིག་གི་ངོས་ནས་བཤད་ན། བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་གནའ་བོ་ཤིང་སྟོན་རྒྱ་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་སྟོན་ས་གཙོ་
པོ་གཅིག་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་འདི་ཡིན། དེ་ལ་བྱེད་རང་ཆོས་
དོ་སྣང་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རང་གྲགས་ཀྱི་ས་བོད་ཡིག་
གི་ཐོག་ལ་དོ་སྣང་སྟེ་བས་པ་དང་། བོད་ཡིག་གི་མཐོང་ཡང་སྟེ་བས་ཡོང་
བ་ཡིན་ཞེས་བཤེད་རྒྱ་གཅིག་དེ་ཡིན།

དེ་མིན་བོད་མི་རིགས་ལ་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ལྟ་བུ་པོ་ཞིག་ཡོད་
པ་འདི། འཛིན་སྐྱོང་སྟེ་ལ་གསུམ་བྱེད་སྣངས་དེ་ཡང་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་
ཡོན་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་བྱེད་དགོས་པ་ལས། དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་མེད་
ན་ལག་པ་མེད་པ་ལྟར་གྱུར་ནས་ལྟག་བསམ་ཡོད་ཀྱང་འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱེད་
མི་ཐུབ་པ་ཡིན། དེས་ན་གོང་དུ་བཤེད་པ་ལྟར་ལྟན་ཉི་ལྟ་བུར་འཆེ་མེད་
ཞེ་བའི་ལྟ་བ་དང་། རྒྱ་གར་གྱི་ཐོབ་ཐང་ནམས་ཚོད་རྒྱུ་འི་ལྟག་བསམ་དང་
སྟོང་སྟོང་སྟེ་ལྟ་བུ་ཕྱིན་པ་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་མེད་
ན་དེ་ལྟར་གནང་བུ་བ་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་དེང་དུས་ཀྱི་



ཤེས་ཡོན་དེ་དག་གྲང་དྭ་ཅང་གལ་འགངས་ཆེན་པོ་ཆགས་ཡོད།

ང་ཆོ་བོད་པར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཆ་ཆང་
 དགོས་ཀྱི་དྭ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེས་ན་ཁྱེད་རང་སློབ་ཤུག་ནམས་
 ཀྱིས་ང་ཆོ་བོད་རང་ཉིད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་
 དང་། དེ་ཡི་ཙུ་བ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བཤད་དེ་དག་ཡག་པོ་ཤེས་
 པ་བྱེད་དགོས་པའི་ཐོག་ དེང་དུས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ཡང་ཆད་མེད་ས་པའི་
 སློབ་སྦྱོང་བྱ་རྒྱ་དྭ་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་ཁྱེད་རང་ཆོའི་སེམས་
 ལ་བཞག་དགོས། དེ་མིན་ང་ཆོས་མི་རིགས་གཅིག་གི་བདེན་དོན་འཐབ་
 ཚུད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མི་རིགས་གཅིག་གི་བདེན་དོན་འཐབ་ཚུད་བྱེད་སྐབས་
 མི་ཐོག་བརྗེ་འགྲོ་གི་ཡོད། དཔེར་ན། ང་ཆོའི་མི་ཐོག་ལ་ཆ་བཞག་ན་
 ཡོ་བདུན་ཅུ་དོན་གྲངས་ནང་སླེབས་པའི་མི་ཐོག་ནམས་རིམ་པས་རྫོགས་
 འགྲོ་གི་རེད། ཁྱེད་རང་ཆོ་ལོ་ཉི་ཤུ་སྐུ་མ་ཅུའི་ནང་དུ་སླེབས་པ་ནམས་
 ང་ཆོའི་མི་ཐོག་གི་མཁུག་མཐུད་མཁན་ཡིན། དེས་ན་ཁྱེད་རང་ཆོར་
 དམིགས་བསལ་གྱི་ལས་འགན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ང་ཆོའི་དུས་ཆོད་གཉན་
 འཕྲང་འདི་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་སུ་བོད་མི་རིགས་ལོ་ངོ་སྟོང་ཤུག་ཁ་གས་
 ཀྱི་ལོ་རྒྱས་ཡོད་པའི་ནང་མི་རིགས་འདིའི་འཕེལ་བྱེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་
 ད་ལྟོ་དུས་ཆོད་འདི་ལས་གཉན་འཕྲང་ཆེ་བ་ཞིག་དང་གལ་འགངས་ཆེ་

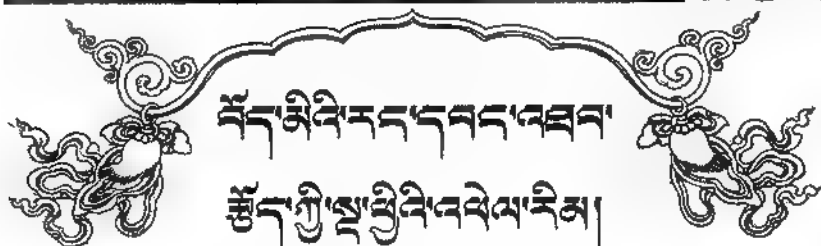


བཞིག་བྱུང་མེད།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཤད་ན། བོད་མི་རིགས་
 ཀྱིས་དུས་ད་ལྟ་བར་དུ་བདག་པོ་བརྒྱབ་པ་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་
 པ་ཆ་ཆང་འཛིན་མཁན་གྱི་སྐད་ཡིག་ཀྱང་བོད་ཡིག་འདི་ཡིན། ང་ཚོ་ནི་
 བོད་ཡིག་བཅད་སྦྱོང་བྱེད་མཁན་དང་། བོད་ཡིག་ནི་ང་ཚོའི་རང་སྐད་ཡིན།
 དེས་ན་འཇམ་གླིང་འདིའི་ཐོག་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ཆ་ཆང་བ་ལུ་མཐུད་
 འཛིན་སྦྱོང་སྒྲེལ་གསུམ་བྱེད་པ་ལ་བོད་མི་རིགས་འཚོ་གནས་བྱུང་དགོས་
 རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་
 རོན་གསལ་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་འདི་སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་
 ཞིག་ཡིན། དེས་ན་བྱེད་རང་ཚོ་མི་རབས་རྗེས་མ་ཚོས་ང་ཚོའི་དཀའ་
 ངལ་སེལ་བྱུང་བ་དང་། གཉན་འཕྲང་དེ་ལས་གྲོལ་བྱུང་བ་ཆང་མའི་སེམས་
 ནང་བཞག་ནས། ལས་འགན་འཁུར་དགོས་རྒྱ་ཏ་ཅང་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་
 ལྟར་བྱས་ན་བདེན་མཐའ་རིམ་པས་གསལ་ཡོང་བ་དང་། ཕྱིན་ཆད་བོད་
 ནང་གཞིས་བྱེས་མཉམ་འཛོམས་བྱུང་མཚམས། ལྔར་གྱི་བོད་དེ་འདས་
 ཟེན་པ་རེད། ལྔར་གྱི་བོད་དེ་ཆ་ཆང་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་པའི་རེ་བ་རྒྱག་
 མཁན་དང་། མི་ལམ་གཏོང་མཁན་བོད་པ་མི་སུ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེང་
 རབས་དང་མཐུན་པའི་བོད་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་པ་ལས། ལྔར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་



རྟེན་པའམ་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་མེད་ཅིང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་
 གུ་དྲིལ་པོ་དེའི་ཐོག་སྔོན་རྒྱུ་དེ་དུས་ཚོད་ཡོད་ཅིང་པ་རེད། ད་ཆ་ང་ཚོས་
 དེང་རབས་དང་མཐུན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་དང་། དེང་རབས་དང་མཐུན་
 པའི་མི་སྡེ་ཞིག་འདུགས་སྐྱུན་ཁྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་དེང་དུས་ཀྱི་
 ཤེས་ཡོན་དང་། དེང་དུས་ཀྱི་ལག་རྩལ། དེ་དག་གི་གཞི་རྒྱ་ས་རང་
 ཉིད་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཞི་ལ་བཞག་པའི་ཚོས་དང་རིག་གཞུང་
 རྣམས་ཉམས་མེད་རྒྱན་འཛིན་གྱིས། ལྷག་བསམ་དང་། བསམ་སྒྲུབ་
 རྒྱས་པ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། རང་ཉིད་སྤེལ་སྦྱོར་པ་སྒོས་ཅི། སྤྱི་ཚོགས་
 དང་མི་རིགས་སྤྱི་ལའང་ཞབས་འདེགས་དང་ཕན་ཐོགས་ཁྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་
 ཡོང་རྒྱ་ཡིན། དེས་ན་ཁྱེད་རང་ཚོས་གཟབ་གཟབ་ཁྱེད་དགོས། རྩེ་ཁ་
 གཅིག་མཐོང་བ་དེ་ལ་ཡོད་དབང་འཕྲོག་སྟེ་སྔོན་རྒྱ་ཞིག་མིན། ཕྱིགས་
 ཐམས་ཅད་ལ་བརྟུན་ནས་དེའི་གནས་སྤངས་ལ་གཞིགས་པའི་རང་ཉིད་
 ཀྱིས་བསམ་སྒྲུབ་གཏོང་དགོས་པ་ལས། གཡག་ཞར་གྱི་རྩ་བཟས་པ་ལྟར་
 ཕྱིགས་གཅིག་ཁོ་ནར་བརྟུན་ཏེ་བསྐྱེད་ན་འགྲིགས་ཐབས་མེད་ཅེས་འདི་
 ཁྱེད་རང་ཚོར་བརྟེན་འདོད་བྱུང་།



སངས་ཉིན་བཀའ་ཚོན་བྲི་བ་དང་ཁྱེད་རང་ཚོ་ཕན་ཚུན་བཟོ་སྒྲུབ་
 བྱེད་ཀྱི་ལོ་སྤྱི་གཡོང་པ་ད་ཅང་ཡག་པོ་བྱུང་འདུག ད་ལྟ་རང་ཚོ་བོད་ཀྱི་
 དཀའ་ངལ་འདི་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་ཉམས་པར་བརྟེན་ནས་དཀའ་ངལ་
 འཕྲད་པ་ཞིག་མིན། ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བོད་ཀྱི་རང་དབང་བཞགས་
 ཏེ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པ་ཡིན། དཀའ་ངལ་འདི་རང་དབང་གི་ཐོབ་ཐང་
 ཚུད་པའི་ཐོག་ནས་སེལ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས། དེའི་སྒོར་ལ་རང་ཚོས་
 ད་བར་ལས་ཀ་ཇི་ལྟར་བྱས་པ་ཡོད་པ་དང་། ད་ལྟ་ཇི་ལྟར་བྱེད་བཞིན་
 ཡོད་པ། དེ་དག་གི་རྒྱ་མཚན་གང་དང་། དམིགས་ལུལ་དང་དགོས་པ་
 གང་ཡིན། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་དང་འཚམས་ཀྱི་ཡོད་མེད་སོགས་
 ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་ཏུ་བཀའ་ཚོན་བྲི་བ་ནས་བཀའ་གནང་གི་རེད། ཁྱེད་
 རང་ཚོར་ངེས་པ་གང་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་རིན་པོ་ཆེར་ཐད་ཀར་བཀའ་འདི་ལྟ་
 དགོས།

མདོར་ན་གཞིན་སྒྲིམ་ཁྱེད་རང་ཚོས་ངེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ནང་



ཆོས་ཀྱི་སྐྱོར་ད་ལྟ་ངོས་ནས་བརྗོད་པ་དེ་དག་ཡིན། དེ་བཞིན་བོད་མི་མང་གི་རང་དབང་འཐབ་ཚེད་བྱེད་པའི་སྐྱོར་ལའང་ད་ལྟ་བར་དུ་ང་ཆོས་བྱས་པ་དེ་དག་གི་དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་རི་ཁྱར་ཡིན་པ་དེ་དག་བྱེད་རང་ཆོས་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལས། ལུས་ལངས་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་རྒྱ་ཞིག་མིན། ང་ཆོར་རྒྱ་མིས་སྤྲུག་པོ་བཏང་བུང་། ང་ཆོས་རྒྱ་མི་ཕྱིར་འབྱུང་བྱེད་དགོས་ཞེས་སྐད་བརྒྱབ་ནས་ཕན་ཐོགས་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། ཡང་ཁོང་བྲོས་ང་ཆོ་རྒྱ་མིའི་ལོག་ཏུ་ནམ་ཡང་སྡོད་ཀྱི་མིན་ཞེས་སྐད་བརྒྱབ་ཀྱང་ལམ་སང་ཕན་ཐོགས་ཡོང་རྒྱ་མེད། ལྷུ་བ་དང་མ་གྲུབ་དང་། ལྷུ་བ་དང་མ་གྲུབ། རན་དང་མ་རན་སོགས་ཕྱོགས་མང་པོར་བསམ་སྒོ་གཏོང་དགོས་པ་ནི་རྟོག་འབྱུང་ཡིན།

ང་ཆོ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རང་དབང་འཐབ་ཚེད་ལ་རྟོག་འབྱུང་གི་རྒྱ་བྱུང་གི་སྐོ་ནས་བལྟ་དགོས་པ་ལས། ཕྱོགས་གཅིག་ཁོ་ན་བཟུང་སྟེ་ང་ལ་འདི་དགོས་ཞེས་སྐད་བརྒྱབ་ན་ཕན་ཐོགས་མེད། རྒྱ་མི་བོད་ནས་ལོག་དགོས་ཞེས་ང་ཆོ་ཆང་མས་སྐད་བརྒྱབ་ཀྱང་རྒྱ་མི་བོད་ནས་ལོག་ཞེ་ཡོང་། དེ་བཞིན་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཆོགས་ཀྱིས་མཆོན་པས་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་ང་ཆོར་རྒྱུ་རྒྱུས་བོད་ནང་ཡོང་སྟེ་རྒྱ་མི་བོད་ནས་ཕྱིར་ཐུད་བྱས་ཞེ་ཡོང་། དེ་དག་དངོས་ཡོད་གནས་སྟེ་ལ་ཡིན། གང་



ལྟར་ང་ཚོའི་མི་ཐོག་འདིར་དཀའ་ངལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་འཕྲད་པ་ནི་ལོ་ངོ་
བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་རིང་ལས་ཀ་འཇུག་གོར་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན།

གོང་དུ་མཁའ་ཅོ་རྒྱུད་གིས་བཟོས་པ་དེར་བདེན་ཆ་ཕྱན་བུ་ཡོད། ཆོས་
ཐོག་ས་ཁོ་ནར་བསམ་སྒོ་བཏང་སྟེ་བསྡད་ཡོད། ཡང་ཆོས་ཐོག་ས་ལྟར་
བྱས་ཡོད་ན་སྒྲིན་ཆ་ལྟག་དོན་མེད། དཔེར་ན། སུན་སུམ་སྟེ་བཞི་ཞེས་
གསུངས་ཡོད། དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་དང་། དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་གཏོང་
དགོས་ཞེས་གསུངས་ཡོད། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་
ལག་ལེན་ངེ་མ་ངེ་བཞིན་བསྟར་ཡོད་ན་སྒྲིན་ཡོང་དོན་མེད། དཔེར་ན།
དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྟེང་པའི་ནང་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོན་བཟང་པོར་མགོན་པོ་རྒྱ་
སྐྱབ་ཀྱིས་བསྐབ་བྱ་གནང་བ་དེར་སྟོས་དང་ཤེས་ཀྱི་རེད།

འོན་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཆོས་ཀྱི་མིང་འབྲེར་ནས་རང་ཉིད་
ཀྱི་ཁེ་ཕན་གྱི་དོན་བསྐྱབས་ནས་མང་པོ་ཞིག་འདི་ལྟར་སྟོན་ཡོད། དེ་ལྟ་
བུར་ཆོས་ཀྱི་མིང་འབྲེར་ནས། ལག་ལེན་ཐོག་མི་ཕལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་
བྱས་པ་ལྟར་ཆགས་སྤང་གི་དབང་དུ་སྟོན་པའི་སྟེན་གྱིས་བོད་ལ་འཇུག་
གོར་ཆེན་པོ་སྟོན་ཡོད། འོན་ཀྱང་བོད་ཅེས་མི་རིགས་འདི་གོང་བུ་གཅིག་
གི་ཐོག་དུ་གནས་པ་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་བཀའ་ངོན་ཡིན། ཆབ་
སྟོན་གྱི་ཐོག་ནས་དུམ་བུ་དང་དུམ་བུ་སྟོན་པ་དང་། བོད་སྐད་བུར་གྱུར་



སངས་ཡང་གངས་ཅན་པ་ཞེས་ཆང་མ་དོག་ཅ་གཅིག་ལ་སྒྲིལ་བ་འདི་པོད་
 གྱི་སངས་རྒྱས་གྱི་ཆོས་གྱིས་བྱས་ཡོད། མདོ་སྟོད་སྟེན་དང་། དབུས་
 གཙང་། མངའ་རིས་དེ་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དང་བཅས་པ་སངས་རྒྱས་གྱི་
 བཞུག་པས་དོག་ལ་སྒྲིལ་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་ད་ཅང་གལ་གནད་ཆེན་པོ་
 ཞིག་ཡིན།



ཡང་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་མིང་གི་ཐོག་ནས་འབྲུས་ཤོར་ཡང་མང་པོ་
 ཞིག་ཕྱིན་ཡོད། ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱིས་མི་འབོར་འཕེལ་ཀྱས་ལ་ཏན་ཏན་གནོད་
 ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། འབྲུམ་སྟོན་པ་ཞལ་བཞུགས་སྐབས་བོད་ཀྱི་
 མི་ཅིས་ཆེན་མོ་ཞེས་པ་མཛད་པ་ལྟར། དེ་དུས་བོད་མི་ས་ཡ་བཟུ་ཡོད་
 པ་འཁོད་ཡོད། འབྲུམ་སྟོན་ཀྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་ཕྱོན་ནས་མི་ལ་སྟོང་
 ཕྲག་གཅིག་མིན་ཅམ་སོང་ཡོད། དེའི་རིང་བོད་ཡི་ས་ཡ་བཟུ་ནས་མང་
 ཏུ་འགོ་རྒྱ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་ཉུང་ཏུ་ཕྱིན་ནས་ད་ཆ་ས་ཡ་དུག་ལྷག་ཅམ་གྱི་ཐོག་
 ཏུ་བཅུད་ཡོད།

མ་གཞི་མུ་གེ་བྱུང་བ་དང་། ལྷ་འབྲུམ་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱིས་མི་
 མང་པོ་འཆི་རྒྱུ་བྱུང་ཡོད་ཤས་ཆེ། འོན་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་ནི་གྲུ་པ་དང་
 བཟུན་མ་མང་དགས་པས་ཡིན་པ་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་རེད། དེས་ན་མའོ་
 ཅེ་ཏུང་གིས་གྲུ་བཟུན་མང་དགས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་མི་འབོར་འཕེལ་ཀྱས་ལ་
 གནོད་ཡོད་ཅེས་བཟོད་པ་དེ་ཕྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་རེད། དེ་ལའང་ང་ཆོས་བསམ་



སྒྲོ་གཏོང་དགོས་པའི་གནད་ཅིག་ཡིད། བྲ་བཙུན་གང་ཡིད་དེ་དག་སྤྲུམ་
དག་པོ་ཞིག་ཡིད་བ་བྱེད་དགོས། བྲངས་འཁོར་མང་ཡང་སྤྲུམ་དག་པོ་
མེད་ན་དོན་སྒྲོ་མ་ཆང་བ་ཡིན།

ཡང་དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་ཞེས་པ་ཆོས་ལ་ཁག་བཏགས་ནས་སྤྲིང་
པོ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ན་མི་འགྲིག་ལས། སྤྲིང་པོ་མེད་ན་རང་དོན་དེ་ཡང་སྤྲིང་
པོ་མེད་པས་བཞག་དགོས། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་མ་བཞག་པར་རང་དོན་དེ་
བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི་ཡིད། སྤྲི་པའི་ལས་དོན་གྱི་ཐོག་ཏུ་སྤྲི་བས་སྐབས་སྤྲིང་
པོ་མེད་པས་གཡུགས་ཞོག་ཅེས་བརྗོད་ན་མི་འགྲིག་ལས། དེ་སྤྲིང་ཆོ་བོད་
ལ་སྤྲིང་མེད་གསར་གཏོད་ཅེས་བརྗོད་དུས་ཏ་ཅང་སྤྲིག་པོར་བཅི་བདང་། དེ་བ་
གསལ་ཞེས་སྤྲིང་ལམ་ཁོ་ན་དེད་ནས་བྱེད་ཀྱི་ཡིད། མི་འདི་ཆོས་སྤྲིང་
མེད་གསར་གཏོད་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཅེས་མི་སྤྲིང་སྤྲིག་པོར་དུག་གིས་མགོ་
ཡང་གཡུགས་ཀྱི་རེད། དེ་ནི་རྗེས་ལུས་ཡིན། ང་ཆོ་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་
ཐོག་ནས་བསམ་སྒྲོ་བོངས་དང་། མི་སྤྲིང་ཐ་མལ་པའི་ས་འདི་ནས་ནམ་མཁུན་
གྱི་ས་ལ་འགོ་གི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་འདི་ང་ཆོས་བསྐྱར་བཅོས་བཏང་ནས་
འགོ་གི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡིད་པ་ལས། སྤྲིང་མེད་གསར་གཏོད་ཀྱིས་
ཉོན་མོངས་སྤྲིང་མི་དགོས་པ་དང་། ཉེན་འབྱུང་བསྒྲོ་མ་མི་དགོས་པར།
བདེན་འཛིན་ལ་བསྐྱེས་ནས་བསྐྱེད་དེ་ནམ་མཁུན་ཐོབ་ཀྱི་ཡིད་ན་སྤྲིང་མེད་



གསལ་གཏོང་བྱེད་དགོས་དོན་མེད། དུས་ད་ལྟ་བར་དུ་བསྐྱེད་པ་ནས་བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་གོ་མས་པའི་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་དང་།
བདག་དུ་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གཉིས་ལ་དགའ་བསྐྱེད་ནས་འདི་སྤང་གི་ཡིན་ཞེས་བཤེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཡིན།

ལྟག་པར་ངོས་ནས་ཉག་དུ་བཤེད་པ་ལྟར། ཤེས་རབ་མྱིང་པོ་
ལས། ཉ་ད་ལྷ། ག་ཉེ་ག་ཉེ་པུ་ར་ག་ཉེ་པུ་ར་མི་ག་ཉེ་པོ་རྒྱུ་སྤྲུ། ཞེས་
པའི་དོན་ནི། སྤང་ཞིག་སྤང་ཞིག་པར་ལ་དུ་སྤང་ཞིག་པར་ལ་དུ་
ཡང་དག་པར་སྤང་ཞིག་བྱང་ཆུབ་དུ་གཞི་ཆུགས་ཞིག་ཅེས་བཤེད་པ་དེ་
དག་སྤྲུ་བཅོས་དང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པས། དེ་ནི་སྤང་མེད་གསལ་
གཏོང་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤང་མེད་གསལ་གཏོང་བྱས་ནས་འགྲོ་དགོས་པ་ཡིན།
དེ་ལྟར་ང་ཚོ་མོད་ལ་གོ་མས་གཞིས་ངན་པ་ཞིག་ཡོད། འཆར་ཅན་ལྟར་
ཁོ་ན་བྱེད་པ་ལས་གསལ་པ་ཞིག་བྱས་ན། དེ་ནི་སྤང་མེད་གསལ་སྤྲོས་
རེད་ཅེས་མི་བདེ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱས་པའི་དབང་གིས་ང་ཚོ་
ཕྱང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས།

མ་ཆང་མེད་ཆུ་དེ་ལ་ནི། །

འབྲས་བུ་གང་གིས་ལྷོག་པར་བྱས། །

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན། རྒྱུ་རྒྱུ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱང་བའི་



ལྷ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་བསྐྱབས་ཟིན་པའི་རྗེས་སུ་བྱ་ཐབས་གང་ཡང་མེད།
 དེ་ལ་ཡིད་མཉམ་ནས་བསྒྲུབ་དེ་ཕན་ཐོགས་གཏན་ནས་མེད། བྱམ་པས་ཤོངས་
 ལས་ཐར་བ་མེད། །ཅེས་གསུངས་ཡོད། སྤྱིང་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ་འབད་
 བཙོན་བྱེད་དགོས། འཇམ་སྒྲིང་འདི་འགྱུར་བ་ཤུགས་ཆེན་སོང་སྟེ་སྤར་
 གྱི་འཇམ་སྒྲིང་དེ་མིན་ལ། དེང་སྐབས་ཀྱང་འགྱུར་བ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་
 ཡོད། ལྷ་ནག་རང་ཉིད་ལ་ཆ་བཞག་ནའང་འགྱུར་བ་ཤུགས་ཆེ་འགྲོ་བཞིན་
 ཡོད། འགྱུར་བ་དེ་ནི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ཡིན། མཐུན་རྒྱུ་མང་དུ་སོང་
 བ་དང་། འགལ་རྒྱུ་རིམ་བཞིན་ཉུང་དུ་འགྲོ་སྐབས་བདེན་པའི་རྣམས་པ་
 མཐའ་གསལ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན། ཞིབ་པའི་གནས་ཚུལ་སངས་ཉིན་རིན་
 པོ་ཆེས་བྱེད་རང་ཚོར་གསལ་བཤད་གནང་རྒྱ་ཡིན་པས་བྱེད་རང་ཚོས་
 ཡག་པོ་ཉན། དེ་བཞིན་བྱེད་རང་ཚོར་དྲི་བ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དག་རིན་
 པོ་ཆེར་བཀའ་འདྲི་བྱ་དགོས།



ཁོས་བསམ་སྟོན་གསུང་གི་
ཁེས་རབ་སྟོན་།

ད་ཅེས་ན་སར་ཡོད་པའི་སློབ་མ་རྣམས་དང་། གཙོ་བོ་ཕྱགས་
མཐའ་ནས་ཡོང་བ་རྣམས་ཡིན་པས། བྱིད་རང་ཚོ་ལག་པ་རྒྱུངས་དང་།
ཡང་སྤར་ཡོང་མ་མྱོང་བར་དེ་ལོ་ཐོག་མར་ཡིན་པ་རྣམས་ལག་པ་རྒྱུངས་
ཞེས་སྒྱུན་ཞིབ་གནང་སྟེ། མང་པོ་འདུག ད་ཅེས་བྱིད་རང་ཚོ་འདིར་
ཡོང་བ་དེ་གོ་ཚད་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས། ད་རམ་ས་ལར་བྱིན་པ་ཡིན། ཉིན་
གསུམ་རིང་སྐད་ཆ་ད་ཅང་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སོང་། མགོ་དེ་ཅམ་འཆོས་
མ་སོང་ཞེས་མ་བརྗོད་ཡང་། དེ་ལྟར་བཤད་ན་ཞབས་འདྲེན་ཡིན། ཉིན་
གསུམ་ད་སར་འཆོགས་ནས་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་འདི་དང་འདི་ཞེས་
བཤད་སོང་། དངོས་གནས་དེ་དག་བསམ་མོལ་གཏོང་རྒྱ་ཞིག་འདུག་ཡང་།
བསམ་སྟེ་རང་གནས་སུ་ལོག་འགྲོ་སྐབས་སེམས་ལ་བཞག་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་
དགོས་པ་ཡིན།

དེ་པལེན་པོད་རང་དབང་གི་པདེན་དོན་ཚུངས་ལྷུ་ལེ་ཐད་རིན་པོ་ཆེ་
ནས་པ་ཀའ་སློབ་འདི་དང་འདི་ཁྱེས་བྱ་བ་གནང་སོང་། སྤང་ལམ་ཐོག་།



བཟོད་པ་དེ་དག་ལ་བདེན་པ་དེ་ཙམ་མི་འདུག། དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་
འདི་ལྟར་རེད་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་མིན་ནི་ཁོང་ཅལ་
འདྲོགས་བྱ་རྒྱུ་ཉེན་ཁ་ཡོད། དེས་ན་བྱེད་རང་ཆོས་དེ་རིང་བཟོད་ཐོ་
བརྒྱབ་པ་དང་། རྗེས་སུ་སྐྱེ་པ་འཁོར་ལོ་ཐོན་རྒྱུ་ཡིན། དེ་དག་བྱེད་
རང་ཆོས་གཟབ་གཟབ་ཀྱིས་ཉན་ནས་སེམས་ལ་ངེས་པ་བྱེད་དགོས།

ད་རེས་ང་ཆོ་སྐད་ཆ་བྱུང་བ་དེ་དག་གིས་ཡན་ཐོགས་གང་ཡང་
མི་འདུག་ན། བཟོད་དུ་བརྒྱལ་པ་ལམ་གཡུགས་བཞག་ན་འགྲིགས། ཡན་
ཐོགས་འདུག་བསམ་པ་ཞིག་ཡོད་ན་མ་བཟོད་པར་སེམས་ལ་ཉར་ནས་རང་
གི་གོམས་གཤེས་ནང་འཇགས་བྱུང་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དེ་ལ་ཆོས་ཉམས་
ལེན་ཞེས་བཟོད་ཀྱི་ཡོད། ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་ཐོས་
བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ནི་ང་ཆོས་སྐད་ཆ་བཤད་པ་དེ་དག་བྱེད་རང་ཆོས་མིའི་
ངག་གི་སྒྲ་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འདྲ་ཡིན་པ་རེད་བསམ་ནས་ཤེས་པ་དེ་ནི་ཐོས་
བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཡིན། ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དེ་ལ་རང་གིས་བསམ་
སྒོ་ཡང་ཡང་བཏང་། དཔུང་པ་བྱས་ཏེ་སེམས་ནང་ངེས་པ་རྟོག་པ་དེར་
བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཅེས་བཟོད་པ་དང་། བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་
བརྟན་པོ་ཆགས་སྐབས་དེ་ནི་རྗེས་དཔག་ཚད་མ་ཡིན། ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་
རབ་ནི་ཡིད་དཔྱད་ཅམ་གྱི་གོ་བ་དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་བསམ་སྒོ་བཏང་།



སྟེ་བསམ་བློ་དེ་གི་ཤེས་རབས་སྟེ་སྐབས་དེ་ཡལ་ཆེར་ཆད་མའི་རིམ་རྒྱུས་
ཡོང་གི་ཡོད། དེ་རྗེས་དཔག་ཆད་མའི་ཐོག་ཏུ་སྟེ་བས་ཀྱི་ཡོད། བསམ་
པའི་དོན་ལ་ངེས་ཤེས་སྟེ་དེ་རང་གི་སྒྲིབ་ལམ་གྱི་ཐོག་ཏུ་བསྐྱར་ཏེ་གོ་མས་
གཤེས་སུ་འཇགས་སྟབས་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དེའི་ཐོག་ནས་ཉམས་སྒྲིབ་ཞིག་
ཡོང་བ་འདི་ཆོག་ཟེར་ཡང་བའི་དབང་ཏུ་བྱས་ན་དེ་ནི་སྟོམ་བྱུང་གི་ཤེས་
རབ་ཅེས་ཡལ་ཆེར་བརྗོད་ཆོག་པ་ཡིན། ཉིང་རེ་འཛིན་བསྟོམ་པའི་དོན་
མིན་ནའང་། གོ་མས་འདིས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་སེམས་ཀྱི་ངེས་པ་
ཞིག་ཆགས་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཐོས་བསམ་སྟོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཅེས་རིམ་པ་གསུམ་
ཡོད། དེར་སྐབས་སྟེ་ར་བཏང་གི་སྟོབ་ཆན་ནང་ཏུ་ཡིན་ན་ཡང་། ཐོས་
བསམ་སྟོམ་གསུམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ངེས་པར་བརྒྱད་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་
ན་ཆན་རིག་སོགས་གང་གི་སྟོར་ཡིན་ནའང་། ཐོག་མར་ཐོས་པ་དང་།
དེ་བ་ལེབ་བཤུས་བརྒྱབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེར་སྐབས་རྒྱ་མའི་ཆོགས་འདུ་
འཆོགས་སྐབས་དཔོན་རིགས་ཉམས་སྒྲིབ་སྟབས་པ་དེ་དག་ཐོ་བཞེད་བྱེད་
པ་སོགས་གལ་ཆེར་བཅིས་ཏེ་རྗེས་སུ་ཆོགས་འདུ་འཆོགས་སྐབས་དེ་དག་
ངག་སྟོར་བྱེད་ཀྱི་འདུག

སྤར་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་སྟོབ་སྟོང་



གང་འདྲ་བྱས་མ་སོང་ངམ། དེ་ལྟར་བྱས་པ་ལ་སྤིང་པོ་གང་ཡང་བྱུང་
 མེད། སེམས་ནང་ཚོར་སྤང་གང་ཡང་མེད་པར་འདོན་པ་ལྟར་ངག་སྒྲུབ་
 བྱེད་ཀྱི་ཡིད། ང་ཚོ་དེ་ལྟར་མིན། སློབ་ཆུན་གང་ཞིག་སློབ་སྦྱང་བྱེད་
 པ་དེ་དག་ཐོག་མར་ཐོས་པ་བྱས། ཐོས་པའི་དོན་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསམ་
 སློབ་བཏང་། དབྱེད་པ་བྱས། དགེ་ཆུན་ལ་འང་སྐད་ཆ་བྲིས། དོགས་དབྱེད་
 བྱས། ཚུད་པ་ཚུད་པ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་པ་ཞིག་
 བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལ་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཅེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡིད།
 དེས་ན་སློབ་སྦྱང་སྤྱད་པ་དེ་ནི་ལྡེ་མིག་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། ལྡེ་མིག་ཉར་ནས་
 བསྐྱེད་པས་འགྲིགས་ཐབས་མེད། ལྡེ་མིག་དེ་པོད་སྦྱོང་ཀྱིས་སློབ་ལྟགས་
 བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་སློབ་སྦྱང་སྤྱད་པའི་ལྡེ་མིག་དེས་སློབ་
 ལྟགས་གང་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེ་ན། རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེད་ཀྱི་སློབ་སློབ་
 བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེད་ཀྱི་སློབ་སློབ་བྱེད་པའི་ཐོག་ནས་
 གང་དང་གང་ལ་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་པ་དང་། བསམ་སློབ་གཏོང་བྱུང་པ་ཞིག་
 དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་སློབ་སྦྱང་གི་ཡོན་ཏན་ངེ་ཙམ་ཤུགས་ཆེ་
 བ་ཡིད་པ་དེ་ཙམ་ཀྱིས་བསམ་སློབ་གཏང་རྒྱ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། ཤུགས་རྒྱང་རིང་
 པོའི་བསམ་སློབ་གཏོང་བྱུང་། དེ་ཡང་ལས་ཀ་བྱས་ན་དགེ་མཚན་འདི་ཡིད་
 པ་དང་། འདི་བྱས་ན་སྒྲིན་འདི་ཡིད་བསམ་པ་ལམ་སང་དུན་བྱུང་པ་ཡིང་།



བཡིན།

སྒྲིག་པར་ཚད་མའི་འགྲོ་སྤངས་གང་འཚམས་ཤེས་ན། འདི་ཡིན་
ན་འདི་ཡིན་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡིན་ན་འདི་ཡིན་མི་དགོས་པ་སྟགས་སྒྲོའི་
ནང་དུ་ཤར་བྱུང་པ་ཞིག་ཡིང་བཡིན། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ཕན་ཐོགས་ཆེན་
པོ་ཡིད། དེ་མིན་སྟོགས་གཅིག་ཁོ་ནའི་ཐོག་དུ་སྤྱིན་ན་བསམ་སྒྲོ་གུ་དོག་
པོ་ཆགས་ཏེ། མ་འགྲིགས་པ་ཅུང་ཟད་བྱུང་མ་ཐག་རྒྱུང་ལངས་པ་དང་།
ཡང་ན་སེམས་ཁྱུ་མ་པ་ལྟ་བུ་ཡིང་གི་ཡིད། དེས་ན་བྱེད་རང་ཆོས་ཚང་
མས་གཟབ་གཟབ་བྱེད་དགོས། ཐོས་བསམ་སྒྲོ་མ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་
དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས། ཆོས་སྤྱིད་གང་གི་ཐོག་དུ་འང་ནམ་དཔྱིད་འདོན་
བྱུང་པ་དགོས་ཞེས་བྱེད་རང་ཆོས་བརྗོད་འདོད་བྱུང་། བཟ་ཤིས་བདེ་
ལེགས། ལོ་རྒྱུས་མ་ཐུག་ཡིང་། ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་ཏོ། ॥ ॥

༡༡། །རྟོ་གྱི་ནང་ཚུ་དེ་སྟོང་ཉིད་བཅུད།

སྟོང་སྟོན་པ།

སྟོ་སྟོར་བྱང་ཆེ། བྲེ་སྟང་ཆེ་རིང་ལགས།

སྟོ་ཡིག་སྟོ་ཞབས་བྲམས་བསྟན་ལགས།

བྱ་དག་པ།

སྟོ་སྟོར་སྟོ་ཞབས་བྲམས་བསྟན་ལགས།

སྟོང་ག་རྒྱས་འགོད་པ།

ནམ་གྱ་སྟོ་བསྟན་ཐེ་ཆེན་གྱི་བསྟན་འཛིན་དོན་ཡོད།

ཡིག་ཐོག་ལ་བ་བསྟུང་དང་། དེ་བ་གཞུགས་རྒྱས་འགོད།

ནམ་གྱ་སྟོ་བ་བསྟན་ཡར་འཕེལ།

དག་འཛིན་ཡིག་འཁྱུག་པ།

ནམ་གྱ་བསྟན་འཛིན་དགའ་བ།

ཐོད་ཀྱལ་ལོ་ ༡༡༣༩ དང་ཕྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་ནམ་གྱལ་གྱ་ཆང་

ཤེས་ཡོན་ལྷན་ཆོག་ནས་པར་འགྲེམས་ཁུས།

***“Wherever the Buddha’s teachings have flourished,
either in cities or countrysides,
people would gain inconceivable benefits.
The land and people would be enveloped in peace.
The sun and moon will shine clear and bright.
Wind and rain would appear accordingly,
and there will be no disasters.
Nations would be prosperous
and there would be no use for soldiers or weapons.
People would abide by morality and accord with laws.
They would be courteous and humble,
and everyone would be content without injustices.
There would be no thefts or violence.
The strong would not dominate the weak
and everyone would get their fair share.”***

**~THE BUDDHA SPEAKS OF
THE INFINITE LIFE SUTRA OF
ADORNMENT, PURITY, EQUALITY
AND ENLIGHTENMENT OF
THE MAHAYANA SCHOOL~**

Taking Refuge with a mind of Bodhichitta

**In the Buddha, the Dharma and the Sangha,
I shall always take refuge
Until the attainment of full awakening.**

**Through the merit of practicing generosity
and other perfections,
May I swiftly accomplish Buddhahood,
And benefit of all sentient beings.**

The Prayers of the Bodhisattvas

**With a wish to awaken all beings,
I shall always go for refuge
To the Buddha, Dharma, and Sangha,
Until I attain full enlightenment.**

**Possessing compassion and wisdom,
Today, in the Buddha's presence,
I sincerely generate
the supreme mind of Bodhichitta
For the benefit of all sentient beings.**

**"As long as space endures,
As long as sentient beings dwell,
Until then, may I too remain
To dispel the miseries of all sentient beings."**

GREAT VOW

**BODHISATTVA EARTH-TREASURY
(BODHISATTVA KSITIGARBHA)**

**“ Unless Hells become empty,
I vow not to attain Buddhahood;
Till all have achieved the Ultimate
Liberation,
I shall then consider my Enlightenment
full !”**

**Bodhisattva Earth-Treasury is
entrusted as the Caretaker of the World until
Buddha Maitreya reincarnates on Earth
in 5.7 billion years.**

**Reciting the Holy Name:
NAMO BODHISATTVA
EARTH-TREASURY**

**Karma-erasing Mantra:
OM BA LA MO LING TO NING SVAHA**

The Teachings Of Great Master Yin Guang

Whether one is a layperson or has left the home-life, one should respect elders and be harmonious to those surrounding him. One should endure what others cannot, and practice what others cannot achieve. One should take others' difficulties unto oneself and help them succeed in their undertakings. While sitting quietly, one should often reflect upon one's own faults, and when chatting with friends, one should not discuss the rights and wrongs of others. In every action one makes, whether dressing or eating, from dawn to dusk and dusk till dawn, one should not cease to recite the AMITABHA Buddha's name. Aside from Buddha recitation, whether reciting quietly or silently, one should not give rise to other improper thoughts. If wandering thoughts appear, one should immediately dismiss them. Constantly maintain a humble and repentant heart; even if one has upheld true cultivation, one should still feel one's practice is shallow and never boast. One should mind one's own business and not the business of others. Only look after the good examples of others instead of bad ones. One should see oneself as mundane and everyone else as Bodhisattvas. If one can cultivate according to these teachings, one is sure to reach the Western Pure Land of Ultimate Bliss.

Homage to Amitabha! Amitabha!

With bad advisors forever left behind,
From paths of evil he departs for eternity,
Soon to see the Buddha of Limitless Light
And perfect Samantabhadra's Supreme Vows.

The supreme and endless blessings
of Samantabhadra's deeds,
I now universally transfer.
May every living being, drowning and adrift,
Soon return to the Pure Land of Limitless Light!

*** The Vows of Samantabhadra ***

I vow that when my life approaches its end,
All obstructions will be swept away;
I will see Amitabha Buddha,
And be born in His Western Pure Land of
Ultimate Bliss and Peace.

When reborn in the Western Pure Land,
I will perfect and completely fulfill
Without exception these Great Vows,
To delight and benefit all beings.

*** The Vows of Samantabhadra Avatamsaka Sutra ***

DEDICATION OF MERIT

May the merit and virtue
accrued from this work
adorn Amitabha Buddha's Pure Land,
repay the four great kindnesses above,
and relieve the suffering of
those on the three paths below.

May those who see or hear of these efforts
generate Bodhi-mind,
spend their lives devoted to the Buddha Dharma,
and finally be reborn together in
the Land of Ultimate Bliss.
Homage to Amita Buddha!

NAMO AMITABHA

南無阿彌陀佛

《藏文：藏傳佛教精要釋一向現代藏族青少年們介紹佛法 第四冊》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

台北市杭州南路一段五十五號十一樓

Printed and donated for free distribution by

The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-23951198, Fax: 886-2-23913415

Email: overseas@budaedu.org

Website: <http://www.budaedu.org>

This book is strictly for free distribution, it is not for sale.

ཕུག་དཔེ་འདི་ཚེས་ཁྱིན་དུ་འབུལ་རྒྱུ་ལས། ཚེས་བསྐྱར་མི་ཚོ་གཤམ་དགོངས་འཇགས་ལུ།

Printed in Taiwan

10,000 copies; February 2012

TI598 - 10045

༡» མཉམ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུ་།

༢» མཉམ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུ་།

༣» མཉམ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུ་།

༤» མཉམ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུ་།



《藏文：藏傳佛教精要釋—向現代藏族青少年們介紹佛法 第四冊》

財團法人佛陀教育基金會 印贈

台北市杭州南路一段五十五號十一樓

Printed and donated for free distribution by

The Corporate Body of the Buddha Educational Foundation

11F., 55 Hang Chow South Road Sec 1, Taipei, Taiwan, R.O.C.

Tel:886-2-23951198,Fax:886-2-23913415

Email: overseas@budaedu.org

Website: <http://www.budaedu.org>

This book is for free distribution, it is not for sale.

དུག་དཔེ་འདི་ཆོས་སྤྱིན་དུ་འབྲུལ་ཆུ་ལས། ཆོད་བརྒྱུད་མི་ཆོག་པ་དགོངས་འཇགས་ལུ།

Printed in Taiwan

TI598